

## **Stadian opiskelijahyvinvointitutkimus 2007**

Kvalitatiivinen näkökulma hyvinvointiin, motivaatioon ja terveyteen

Hoitotyön koulutusohjelma,  
sairaanhoitaja  
Opinnäytetyö  
6.11.2007

---

Hanna Suontama  
Johanna Wettenhovi  
Johanna Widenius

Koulutusohjelma		Suuntautumisvaihtoehto
Hoitotyön koulutusohjelma		Sairaanhoitaja AMK
Tekijä/Tekijät		
Suontama Hanna, Wettenhovi Johanna, Widenius Johanna		
Työn nimi		
Stadian opiskelijahyvinvointitutkimus 2007 Kvalitatiivinen näkökulma hyvinvointiin, motivaatioon ja terveyteen		
Työn laji	Aika	Sivumäärä
Opinnäytetyö	Syksy 2007	43 + 5 liitettä
<p>TIIVISTELMÄ</p> <p>Opinnäytetyömme tarkoituksena oli selvittää opiskelijahyvinvointiin ja motivaatioon vaikuttavia tekijöitä. Työn tarkoituksena oli tuottaa tietoa Helsingin ammattikorkeakoulun opiskelijakunnan eli HAMOK ry:n ja sen sidosryhmien käyttöön. Tavoitteena oli kerätä tietoa vaikuttamisen tueksi ja kehitystyön mahdollistamiseksi.</p> <p>Opinnäytetyön teoreettisena lähtökohtana tarkasteltiin opiskelijoiden hyvinvointiin, motivaatioon ja terveyteen vaikuttavia tekijöitä. Aineisto koottiin järjestämällä kolme puoli-strukturoitua ryhmähaastattelua. Haastatteluihin osallistui 11 harkinnanvaraisesti valittua opiskelijaa Stadian kolmelta eri toimialalta. Aineisto analysoitiin deduktiivisella sisällön analyysillä käyttäen analyysin pohjana aikaisempien aiheeseen liittyvien tutkimusten perusteella koottua haastattelurunkoa.</p> <p>Haastattelemamme opiskelijat nostivat esiin monia hyvinvointiinsa, terveyteensä ja motivaatioonsa liittyviä seikkoja, joita jo aiemmin tehdyt, tarkastelemamme tutkimukset ovat pitäneet merkittävinä. Tällaisia olivat muun muassa opetusjärjestelyt, ilmapiiri, ihmissuhteet ja terveys. Tutkimustulosten perusteella suurin yksittäinen opiskelijoiden terveyttä ja hyvinvointia huonontava tekijä oli stressi ja sen mahdollisesti aiheuttamat psyykkiset ja somaattiset oireet. Aineistosta kävi ilmi, että opiskelijat olisivat toivoneet enemmän mahdollisuuksia palautteenvaihtoon ja vuorovaikutukseen opettajien kanssa. Lisäksi haastatellut opiskelijat toivat esiin opetusjärjestelyjen puutteita sekä opiskeluilmapiirin ja ihmissuhteiden merkitystä omaan hyvinvointiinsa ja opiskelumotivaatioonsa.</p> <p>Kehityshaasteena näemme opiskelijoiden ja opettajien välisen vuorovaikutuksen kehittämisen entistä avoimemmaksi ja monipuolisemmaksi. Opetusjärjestelyiden ja ammattikorkeakouluopiskelijoiden terveyspalveluiden kehittämiseen tulisi mielestämme kiinnittää entistä enemmän huomiota. Toimivat opiskelujärjestelyt ja -palvelut lisääisivät tutkimuksemme perusteella opiskelijahyvinvointia ja -motivaatiota sekä vähentäisivät Stadian opiskelijoiden kokemaa stressiä.</p>		
Avainsanat		
Hyvinvointi, motivaatio, terveys, ammattikorkeakouluopiskelija		



Degree Programme in <b>Nursing and Health Care</b>		Degree <b>Bachelor of Nursing</b>	
Author/Authors <b>Suontama Hanna, Wettenhovi Johanna, Widenius Johanna</b>			
Title <b>Student Wellbeing Research 2007 in Stadia Polytechnic</b>			
Type of Work <b>Final Project</b>	Date <b>Autumn 2007</b>	Pages <b>43 + 5 appendices</b>	
<p><b>ABSTRACT</b></p> <p>The objective of this study was to examine student wellbeing and motivation and the factors related to them. This study was made for the Student Union of Helsinki Polytechnic Stadia (HAMOK ry). The purpose of this study was to gather information for contribution.</p> <p>The theoretical framework consisted of the theory on student wellbeing, motivation and health. The data was collected by organising three half-structured focused group interviews. All the eleven participants were students of Helsinki Polytechnic Stadia. The data was analysed using deductive content analysis by classifying the data into themes using the interview frame.</p> <p>The interviewed students brought up many factors related to their wellbeing, health and motivation which were quite similar to the earlier research results. These were education arrangements, atmosphere, relationships and health. The results of our study showed that stress was the main reason for physical and psychological problems and symptoms in student life. The students would have hoped for more possibilities to give and receive more feedback. The lack of education arrangements, atmosphere and personal relationships had influence on student wellbeing and motivation.</p> <p>Future challenges are to develop more open and versatile communication between students and teachers. The main focus should be in developing education arrangements and student healthcare. According to our research developing these factors could increase the student wellbeing and motivation by reducing stress.</p>			
Keywords <b>Wellbeing, Motivation, Health, Polytechnic Student</b>			

## SISÄLTÖ

1 JOHDANTO	1
2 TUTKIMUKSEN TEOREETTISET LÄHESTYMISTAVAT	2
2.1 Tutkimuksen lähestymistavan valinta	2
2.2 Holistinen ihmiskäsitys	2
3 OPISKELIJAN HYVINVOINTI, MOTIVAATIO JA TERVEYS	3
3.1 Tutkimuksen kirjallisuushaut ja aiheenrajaus	3
3.2 Opiskelijana ammattikorkeakoulussa	4
3.3 Opiskelumotivaatio	5
3.4 Maslow'n tarvehierarkia	8
3.5 Opiskelijoiden hyvinvointi	10
3.6 Terveys	12
4 TUTKIMUSTEHTÄVÄT	13
5 TUTKIMUSMENETELMÄT	13
5.1 Kvalitatiivinen tutkimus	13
5.2 Tutkimuksen eteneminen	14
5.3 Kohderyhmä	15
5.4 Tutkimuksen aikataulu ja rahoitus	17
5.5 Aineiston hankinta ja analyysi	18
5.5.1 Aineiston hankinta	18
5.5.2 Ryhmähaastattelun analyysi	19
5.5.3 Aineiston analyysi	20
6 TUTKIMUKSEN EETTISET JA LUOTETTAVUUTEEN LIITTYVÄT KYSYMYKSET	23
6.1 Haastattelututkimuksen eettisiä kysymyksiä	23
6.2 Tutkimuksen luotettavuus	24
7 TUTKIMUSTULOKSET	26
7.1 Opiskelutilat	26
7.2 Terveyspalvelut	27
7.3 Mahdollisuus vaikuttaa	28
7.4 Opetuksen laatu	29
7.5 Mielekkyys	31
7.6 Ihmissuhteet	31
7.7 Arvostus	32
7.8 Terveys ja hyvinvointi	33
8 TULOSTEN TARKASTELUA	34
8.1 Yhteenveto keskeisistä tuloksista	34
8.2 Kokemukset motivaatiosta	35
8.3 Kokemukset hyvinvoinnista ja terveydestä	36
9 POHDINTA	37
LÄHTEET	41
LIITE 1	
LIITE 2	
LIITE 3	
LIITE 4	
LIITE 5	

## 1 JOHDANTO

Opinnäytetyömme tarkoituksena oli selvittää Helsingin ammattikorkeakoulu Stadian opiskelijoiden hyvinvointiin, terveyteen ja motivaatioon vaikuttavia tekijöitä ja tuottaa uutta tietoa vaikuttamisen tueksi Helsingin ammattikorkeakoulun opiskelijakunnan (HAMOK) ja sen sidosryhmien käyttöön. HAMOK on teettänyt kahtena aiempaan vuoteen (2002 ja 2005) opiskelijahyvinvointiin liittyvät kvantitatiiviset tutkimukset. Tänä vuonna aihetta on tutkittu kahdelta näkökannalta kahden eri opinnäytetyöryhmän toimesta. Aihe jakautui kvantitatiiviseen eli määrälliseen ja kvalitatiiviseen eli laadulliseen lähestymistapaan. Teimme opinnäytetyönämme kvalitatiivisen ryhmähaastattelututkimuksen Stadian nuorisoasteen opiskelijoille.

Ammattikorkeakouluopiskelijoiden hyvinvointitutkimuksia on tehty Suomessa niukasti. Opinnäytetyömme on ensimmäinen HAMOK:in tilaama Stadian opiskelijoiden hyvinvointia, motivaatiota ja terveyttä kartoittanut laadullinen tutkimus. Aikaisempien tutkimuksien perusteella hyvinvointiin, motivaatioon ja terveyteen vaikuttavat monet ulkoiset ja sisäiset tekijät, jotka ovat eri tavoin yhteydessä toisiinsa. Tällaisia tekijöitä ovat muun muassa opetusjärjestelyt, ilmapiiri, ihmissuhteet ja terveystalvelut.

Teimme keväällä 2007 yhteensä kolme ryhmähaastattelua Stadian Bulevardin, Agricolankadun ja Tukholmankadun toimipisteissä. Tutkimukseen osallistujat rekrytoimme henkilökohtaisesti ennen haastatteluja kussakin toimipisteessä. Osallistujia haastatteluissamme oli yhteensä 11. Keräsimme aineiston teemahaastatteluissa puolistrukturoidun haastattelurungon avulla. Aineisto analysoitiin deduktiivisella sisällön analyysillä käyttäen haastattelurunkoa analyysin pohjana. Aineisto toi esiin opiskelijoiden henkilökohtaisia kokemuksia opetuksen laadusta ja järjestelyistä sekä terveystalveluista.

## 2 TUTKIMUKSEN TEOREETTISET LÄHESTYMISTAVAT

### 2.1 Tutkimuksen lähestymistavan valinta

Metsämuurosen (2006: 161) mukaan ihmiskäsityksen määrittelevä on erityisen tärkeää valittaessa tutkimuksen metodia. Metodin valinta rajaa sen, mitä tutkimuskohteesta voidaan saada irti. Laadullisen tutkimuksen yksi tutkimuskohde on ihmisen kokemus. Tutkimuksemme avulla pyrimme saamaan tietoa Stadian opiskelijoiden mielipiteistä ja kokemuksista opiskelumotivaatioon, terveyteen ja hyvinvointiin vaikuttavista tekijöistä.

### 2.2 Holistinen ihmiskäsitys

Tutkimusta tehtäessä on tärkeää tietää ja tuntea tutkimuskohteensa. Tutkimukssamme haemme tietoa opiskelijoiden kokemuksista, opiskelumotivaatiosta, terveydestä ja hyvinvoinnista. Tässä tutkimuksessa olemme valinneet ihmiskäsitystä määrittämään Lauri Rauhalan luoman holistisen ihmiskäsityksen, koska se ottaa huomioon ihmisen fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen ulottuvuuden. Rauhalan ihmiskäsitys auttaa meitä kohtaamaan ihmisen kokonaisuutena tämän tutkimuksen puitteissa.

Lauri Rauhalan luoma holistinen ihmiskäsitys on suuntaus, joka pyrkii yhdistämään husserlilaista ja heideggerilaista fenomenologista perinnettä (Metsämuuronen 2006: 160-161). Holistisen ihmiskäsityksen mukaan ihminen koostuu kolmesta olemassaolon tasosta, jotka ovat kehollinen, tajunnallinen ja situationaalinen. Olemassaolon tasot ovat käytännössä toisiinsa kietoutunut kokonaisuus, mutta kullakin alueella niistä on omat merkityksensä. (Rauhala 1990: 35; Rauhala 1989: 27; Perttula 1995: 14-16.)

Kehollisuus ilmenee Rauhalan (1989) mukaan ihmisen orgaanisena olemassaolona. Tähän olemassaolon tasoon kuuluvat ihmisen elintoiminnot, kuten verenkierto, hermosto, solut jne. Orgaanisessa tapahtumisessa ei ole mitään symbolista tai käsitteellistä, joten tähän liittyviä ilmiöitä ei tule tutkia käsitteitä tai symboleita tutkivilla menetelmillä. Tämä tarkoittaa esimerkiksi sitä, että aivoja tutkimalla ei voi tutkia kokemuksia. (Rauhala 1989: 32-34; Perttula 1995: 17-18.)

Tajunnallisuus ilmenee ihmisen kokemuksissa, sillä tajunnallinen toiminta suuntautuu aina johonkin kohteeseen synnyttäen elämyksen. Tajunta muodostuu sisäiseksi kokonaisuudeksi mm. tietämisen, uskomisen, tuntemisen ja toivomisen elämyksien kautta. Aina ei kuitenkaan ole yksiselitteisen selvää, mikä aiheuttaa elämyksen, se ei kuitenkaan tee siitä merkityksetöntä. Rauhalan mukaan mieli on sitä, jonka varassa ymmärrämme ilmiöt ja asiat joksikin. Mieli on merkityksen antaja. (Rauhala 1989: 29-32; Rauhala 1990: 38; Perttula 1995: 20-23.)

Kolmas olemassaolon muoto on Rauhalan mukaan situationaalisuus eli ihmisen kietoutuneisuus todellisuuteen oman elämäntilanteensa kautta eli ns. elämäntilanteisuus. Situationaalisuuteen vaikuttavia tekijöitä, joihin ihminen ei ole voinut itse vaikuttaa ovat mm. kulttuuri, perimä, vanhemmat, rotu, kansallisuus, johon hän syntyy jne. Sen sijaan taas toisiin situaatiotekijöihin ihminen on voinut itse vaikuttaa. Näitä ovat mm. aviopuoliso, ystävät, harrastukset, ihmissuhteet jne. Elämäntilanne on se johon ihminen on kehollisena ja tajunnallisena suhteessa. (Rauhala 1989: 35-39; Rauhala 1990: 35,40-42; Perttula 1995: 18-19.)

### 3 OPISKELIJAN HYVINVOINTI, MOTIVAATIO JA TERVEYS

#### 3.1 Tutkimuksen kirjallisuushaut ja aiheenrajaus

Aloittaessamme opinnäytetyön työstämisen oli tarkoituksenamme syventää aiemmista opiskelijahyvinvointiin liittyvistä tutkimuksista saatua tietoa laadullisen tutkimuksen avulla. Tutkittuamme opinnäytetöinä tehtyjä HAMOK:in aiempina vuosina tilaamia opiskelijahyvinvointitutkimuksia (2002 ja 2005) ja hyvinvointityöryhmän kanssa neuvoteltuamme, huomasimme painopisteen työllemme muodostuneen pitkälti opiskelijoiden motivaation, terveyden ja hyvinvoinnin ympärille.

Alkaessamme tutkia motivaatioon liittyvää lähdekirjallisuutta huomasimme, ettei opiskelumotivaation vaikutuksia ole Stadiassa juurikaan tutkittu. Opiskelijoita, motivaatiota ja hyvinvointia on kuitenkin tutkittu jonkin verran eri tahoilla. Olemme tietoa etsiessämme tehneet aiheeseen liittyviä aineisto- ja kirjallisuushakuja hyödyntäen eri tietokantoja sekä informaation apua. Hakuja teimme Kurre-, Nelli- ja Helka-portaaleissa,

Arto-artikkelitietokannasta ja elektronisen aineiston Elektra-tietokannasta. Hakuja suoritimme sanoilla motivaatio, motivation, opiskelumotivaatio, student motivation, focused group interview, ryhmähaastattelu, sisällön analyysi, opiskelija, terveys, health, hyvinvointi ja wellbeing sekä näiden yhdistelmillä. Lisäksi olemme käyttäneet tiedonhaussa Google- hakukonetta osittain samoilla hakusanoilla.

Valitsimme tutkimuksemme kannalta meistä oleelliset lähteet käyttöömmme. Aluksi valitsimme otsikoiden perusteella sopivat eli otsikoissa esiintyi jokin hakusanoista ja/tai asiasisältö vaikutti sopivalta. Otsikon perusteella hylkäsimme ne tutkimukset, jotka eivät sopineet käytettäväksi tutkimuksessamme oletetun aihesisältönsä tähden. Osa tutkimuksista karsiutui tarkemman perehtymisen jälkeen epäsovivina. Valitsimme käyttöömmme ammattikorkeakouluopiskelijoita koskevat ja samalle ikäryhmälle (nuoret aikuiset) tehdyt tutkimukset. Hakujen kautta löytyneiden tutkimusten avulla saimme selkeytettyä tutkimustehtäviämme.

### 3.2 Opiskelijana ammattikorkeakoulussa

Suomen kielen perussanakirjan (1992: s.v. opiskelija) mukaan sanalla opiskelija tarkoitetaan korkeakoulussa, ylemmässä oppilaitoksessa tai aikuisopiskelun piirissä opiskelevaa henkilöä. Sana opiskelija on muodostettu verbistä opiskella, ja se on oppitekoinen uudissana. (Nykysuomen etymologinen sanakirja 2004: s.v. opiskelija) Tilastokeskus määrittelee tilastoissaan ammattikorkeakouluopiskelijan tarkoittamaan tilastovuonna lukuvuoden alkaessa oppilaitosten kirjoilla olevia tutkintotavoitteisen ammattikorkeakoulukoulutuksen opiskelijoita (Tilastokeskus 2007).

Opetusministeriön mukaan (2007) ammattikorkeakoulututkintoon johtavassa koulutuksessa opiskeli vuonna 2005 yhteensä 131 245 opiskelijaa, joista 54,1 % oli naisia ja 45,9 % miehiä. Helsingin ammattikorkeakoulussa opiskeli aikuis- ja nuortenkoulutusohjelmissa vuonna 2005 yhteensä 8660 opiskelijaa, joista naisia 49,5 %. Samana vuonna Stadiassa opiskelupaikan vastaanottaneista 79,2 %:lla oli ylioppilastutkinto ja 18,5 %:lla jokin edeltävä ammatillinen perustutkinto. Ammattikorkeakoulun nuorten koulutuksen opiskelijoista 20-24-vuotiaita oli 65,1 % ja yli 35-vuotiaita 3,7 %.



Ammattikorkeakoulussa opetus on tieteellispohjaista, käytännöllisesti suuntautunutta ja opinnot koostuvat perusopinnoista, ammattiopinnoista, työharjoittelusta ja opinnäytetyöstä (Sosiaali - ja terveysministeriö 2006: 39).

### 3.3 Opiskelumotivaatio

Nykysuomen sanakirjan (1996: s.v. motivaatio) mukaan motivaatio tarkoittaa johonkin toimintaan johtavien motiivien kokonaisuutta. Motiivi taas tarkoittaa vaikutinta eli jonkin toiminnan sielullista syytä tai perustetta (Nykysuomen sanakirja 1996: s.v. motiivi). Synonyymeinä sanalle motivaatio toimivat vaikuttimet, syyt ja perustelut (Nykysuomen sanakirja 7. 1989: s.v. motivaatio).

Metsämuurosen mukaan motivaatiota on lähes mahdoton rajata vain tietyn teorian puitteisiin, siksi sitä onkin käsitelty kymmenissä erilaisissa viitekehyksissä. Käsitteitä motivaatio, motiivi ja tarpeet käytetään jossain määrin toistensa synonyymeinä. Motiiveista puhuttaessa on usein viitattu tarpeisiin, haluihin, sisäisiin yllykkeisiin, vietteihin sekä palkkioihin ja rangaistuksiin (Metsämuuronen 1995: 71; Ruohotie 1998: 36).

Motivaatiolla tarkoitetaan motiivien tuottamaa psyykkistä tilaa, joka suuntaa ihmisen käyttäytymistä. Motivaatio on melko lyhytaikaista ja tilannesidonnaista, ja sen motiivit voivat olla joko tiedostettuja tai tiedostamattomia. Motivaatio on jaettavissa sisäiseksi ja ulkoiseksi motivaatioksi, jotka käytännössä usein täydentävät toisiaan. Ulkoinen motivaatio lähtee muiden ihmisten myöntämistä palkkioista (esimerkiksi hyvistä arvosanoista) ja alemman asteen tarpeiden tyydyttämisestä. Sisäisen motivaation kimmoke on ihmisessä itsessään, tarpeessa toteuttaa ja kehittää itseään. Sisäinen motivaatio on siis ylemmän asteen tarpeiden tyydytystä. (Ruohotie 1998: 36-42; Vilkkö-Riihelä 1999: 446-450.)

Motiivit kytkeytyvät olennaisesti tunteisiin. Toimintaan voi liittyä suunnatonta iloa, vihaa tai pelkoa tai kyseinen tunne voi itsessään toimia motiivina. Motiivit ovat myös keskenään eriarvoisia, esimerkiksi elämää ylläpitävät motiivit ovat tärkeimpiä. Motiivien tärkeysjärjestys on yksilö- ja tilannekohtaista. Motiivien voimakkuus ja intensiteetti näkyy siinä miten antaumuksellisesti ihminen paneutuu tehtäviinsä. (Vilkkö-Riihelä 1999: 447.)

Opiskelu on käyttäytymistä, joka suuntautuu päämäärään, ja jonka tavoitteena on saavuttaa tietyn taidon tai tiedon hallinta. Opiskelumotivaatio taas tarkoittaa opiskeluun aktivoivaa, suuntaavaa, ohjaavaa ja ylläpitävää tekijää, joka sisältää sekä opiskelua vahvistavia että ehkäiseviä tekijöitä. Vahvistavia tekijöitä voivat olla mielenkiinto ja panostus, kun taas ehkäiseviä tekijöitä voivat olla epävarmuus uranvalinnasta, epävarmuus opiskelussa suoriutumisesta jne. opiskelumotivaatio muodostuu opiskelijan sisäisten tekijöiden ja opiskeluympäristötekijöiden vuorovaikutuksessa. (Nevgi 1998: 32, 50.)

Opiskelumotivaatiota koskeissa tutkimuksissa on todettu, että opiskelujärjestelyillä on vaikutusta opiskelijoiden motivaatioon. Opiskelijat kokivat massaluennoinnin ja toimimattomat kurssijärjestelyt opiskelumotivaatiota huonontaviksi tekijöiksi. Havainnollistamattoman luennoinnin opiskelijat kokivat passivoivaksi ja epämielekkääksi. Yhteistoiminnallisen oppimisen opiskelijat taas kokivat mielekkääksi. Opintojen mielekkyys näyttäisi muodostuvan valinnoista, ihmissuhteista ja ympäristöstä. Opettajan toiminnalla, kuten rohkaisulla on suora heijaste opiskelumotivaatioon. (Nevgi 1998: 187-188; Raveala 1997; Räikkönen 1997: 90-94.)

Opiskelumotivaatioon vaikuttavia tekijöitä ovat opiskeluympäristö, ilmapiiri ja opiskelulisällöt (Nevgi 1998: 187-188; Raveala 1997; Räikkönen 1997: 90-94; Yrjänä 2005: 59-66). Opiskelun jatkamiseen motivoivia tekijöitä ovat riittävä ja yksilöllinen tuki. Motivaatioon negatiivisesti vaikuttavia tekijöitä olivat mm. taloudelliset, oppimisympäristöön ja omaan elämänhallintaan liittyvät puutteet sekä vaikeudet. (Yrjänä 2005: 59-66.)

Opiskelijan ennakko-odotuksien ja opiskelukokemusten välisellä ristiriidalla on mahdollisesti vaikutusta opiskelumotivaation kehitykseen. Opiskelukokemukset erosivat opiskelijoilla siten, että valmistuneet olivat ei-valmistuneisiin verrattuna kokeneet opintoaikansa innostavammaksi, he olivat olleet enemmän kiinnostuneita opiskeltavista aineista ja opiskelleet suunnitelmallisemmin, tavoitteellisemmin sekä opintoihin sinnikkäästi paneutuen. Tutkimustulosten mukaan tämä edesauttaa aikataulun mukaista valmistumista. Opiskelumotivaatioon vaikuttaa myös opiskelijan epävarmuus valitsemastaan opiskelualasta. (Nevgi 1998: 32, 50, 187-188; Rainessalo 1997.)

Koska motivaatioteorioita on julkaistu useita erilaisia, päädyimme käyttämään Locken motivaatiosekvenssi-mallia, joka yhdistää mielestämme loogisella tavalla eri motivaatio-

tioteorioita ymmärrettäväksi kokonaisuudeksi. Mielestämme Locken mallissa huomioidaan oleelliset motivaatioon vaikuttavat sisäiset ja ulkoiset tekijät, joita on hyvä tuntea opiskelumotivaatiota käsitellessä.

Metsämuuronen esittelee Locken mallin motivaatioteorioiden integroimiseksi (ks. kuvio 1). Locken mallin lähtökohtana on se, että useimmat motivaatioteoriat käsittelevät motivaation eri osatekijöitä, jotka Locke yhdistää motivaatiosekvensseiksi. Locken mallin avainsanat ovat motivaatiosekvenssi, motivaatioyödin ja motivaatiotoiminta. (Metsämuuronen 1995: 66-67.)

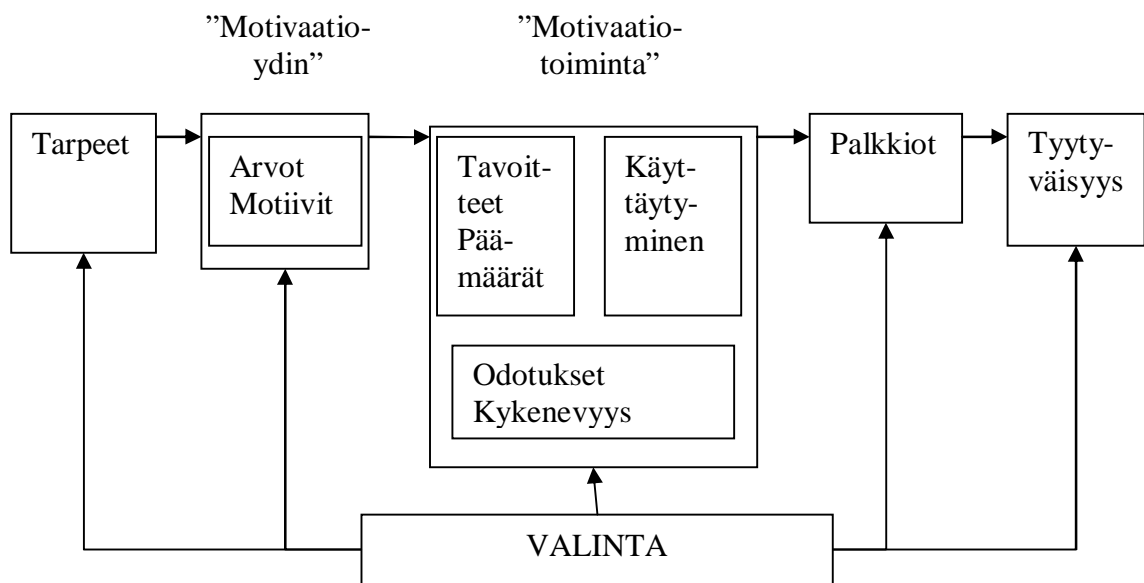
Motivaatiosekvenssi alkaa ihmisen tarpeista, jotka toimivat kaiken toiminnan katalysaattoreina. Tarpeet liittyvät ihmisen sisäisiin arvoihin jotka motivoivat toimintaa. Maslow määrittelee ihmisen tarpeet fysiologisiin perustarpeisiin, turvallisuuden, liittymisen ja arvostuksen tarpeisiin, itsensä toteuttamisen ja kasvun tarpeeseen sekä henkisyteen. Locken mukaan tarpeet liittyvät ensisijaisesti elonjäämiseen ja hyvinvointiin. Arvojen ja tarpeiden välisenä yhteytenä toimivat valinnat. Ihminen arvottaa, mitä tarpeita hän pitää tärkeimpinä ja toteuttamisen arvoisina. Arvot ja motiivit muodostavat motivaatioyötimen, tarpeet erotetaan motivaatioyötimeistä, koska ne ovat kaikille samat. Locken mukaan juuri arvot ja motiivit saavat aikaan toiminnan. (Metsämuuronen 1995: 67, 69-70; Vilkkö-Riihelä 1999: 470-471; Henkilöstön kehittämisen opas 2006.)

Locken mukaan päämäärät ja tavoitteet syntyvät arvojen soveltamisesta tietyissä tilanteissa. Uusissa motivaatioteorioissa katsotaan päämäärien ohjaavan inhimillistä toimintaa. Tavoitteisiin vaikuttavat arvojen lisäksi myös odotukset sekä tietoisuus siitä, onko yksilö kykenevä suoriutumaan halutussa toiminnossa. Toiminnan intensiteettiin vaikuttavat päämäärät ja toiminnalle asetetut tavoitteet. Näin siis toiminnan ja käyttäytymisen taustatekijöinä ovat henkilön tarpeet, arvot, tavoitteet ja odotukset. Suorimmin ja välittömämmin toimintaan vaikuttavat päämäärät ja odotukset. Tavoitteiden, odotusten ja käyttäytymisen muodostamaa yhteyttä Locke nimittää motivaatiotoiminnaksi. (Metsämuuronen 1995: 67-68, 79.)

Toiminnan seurauksena ovat palkkiot ja rangaistukset. Palkkioilla tarkoitetaan käyttäytymistieteissä niitä keinoja, joilla toivotaan vahvistettavan toivottua ominaisuutta tai toimintaa. Locken mukaan voidaan olettaa, että toiminta, josta saadaan palkkioita on sellaista, jota yksilö tulee todennäköisesti toistamaan. Palkkiot jaetaan sisäisiin ja ulkoi-

siin. Sisäiset palkkiot ovat tyydytystä tehdystä toiminnasta, ulkoiset palkkiot ovat jotain, jonka joku muu antaa palkinnoksi tehdystä työstä. Palkintoja eli vahvistamista seuraa tyytyväisyys ja tarpeen tyydytys. (Metsämuuronen 1995: 68, 81.)

Valinta liittyy kaikkiin motivaatiosekvenssin osiin. Yksilön valittavana on mitä tarpeita hän tyydyttää ja mitä tarpeita hän pitää tärkeänä, millaisia päämääriä hän toiminnalleen asettaa, miten yksilö käyttäytyy, kuinka tärkeänä hän pitää toiminnasta saatavia palkintoja ja miten hän modifioi palkkioiden aiheuttamia tunteita. (Metsämuuronen 1995: 68.)

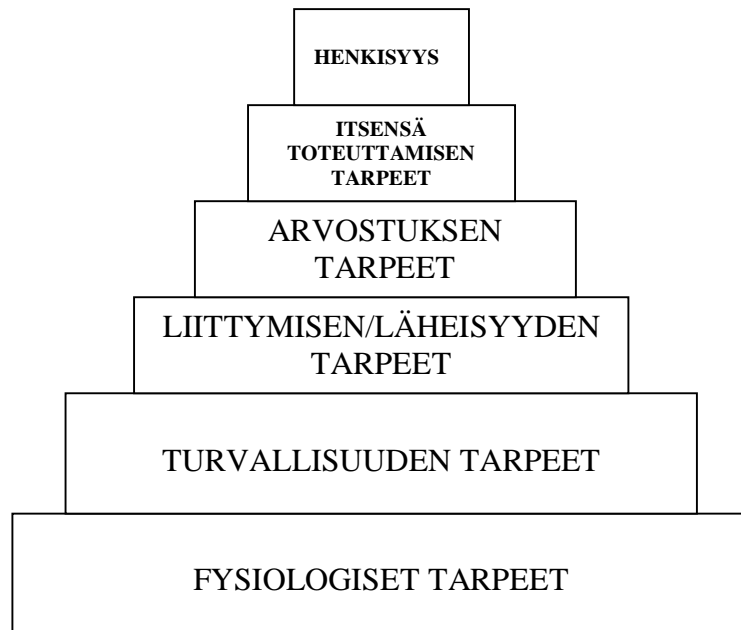


KUVIO 1. Locken motivaatiosekvenssi (Metsämuuronen 1996: 67.)

Locken mallin etuna on Metsämuuronen (1995: 69) mukaan se, että malli antaa pohjan käsitellä tarpeita, motiiveja, päämääriä, toimintaa ja palkkioita jossainmäärin toisistaan eroavina ja riippuvina motivaation osa-alueina.

### 3.4 Maslow'n tarvehierarkia

Yhteys opiskelumotivaation, terveyden ja hyvinvoinnin välillä voidaan löytää Maslow'n tarvehierarkiaa tarkastelemalla (ks. kuvio 2). Tarvehierarkia käsittelee ihmisen sisäistä maailmaa, josta myös motivaatio on lähtöisin. Näin ollen se liittyy mielestämme oleellisesti mahdollisuuksiimme ymmärtää tutkimuskohdettamme.



KUVIO 2. Maslow'n tarvehierarkia

Tarvehierarkian mukaan sisäisillä motivaatiotekijöillä on suuri vaikutus hyvinvointiin. Maslow'n mukaan useimmat tarpeet ovat tiedostamattomia, eivätkä koskaan ole täydellisesti tyydytettyjä. Maslow'n tarvehierarkiassa ihmisen fysiologiset tarpeet ovat perustarpeita ja näin kaiken hyvinvoinnin pohjana. (Vilkko-Riihelä 1999: 470.) Turun kaupakorkeakoulussa tehdyn Henkilöstön kehittämisen oppaan (2006) luvussa Yksilön hyvinvoinnin osatekijät, näitä käsitellään Maslow'n tarvehierarkian avulla. Maslow'n tarvehierarkian mukaan perustarpeita ovat hyvinvointia käsitellessä terveys, fyysinen kunto ja jaksaminen.

Perustarpeiden jälkeen seuraavina tarveasteikolla ovat turvallisuuden tarpeet. Tähän liittyvät yhteisön fyysinen ja henkinen turvallisuus, sekä asioiden jatkumisen turvallisuus. Turvallisuuden tarpeet ja perustarpeet vaikuttavat Maslow'n mukaan yhdessä ihmisen fyysiseen hyvinvointiin, jonka osina voidaan pitää terveellisiä elämäntapoja, riittävää lepoa ja hyvää fyysistä kuntoa. (Vilkko-Riihelä 1999: 470; Henkilöstön kehittämisen opas 2006.)

Maslow'n tarvehierarkiassa esiintyvää liittymisen tarvetta tyydyttävät perhe, ystävät ja kuuluminen johonkin yhteisöön. Ihmisellä on sisäänrakennettu halu toimia sosiaalisessa ympäristössä. Seuraavalla asteella tarvehierarkiassa on arvostuksen tarve, joka näkyy ihmisessä pyrkimyksenä osoittaa pätevyytensä ja saada aikaan jotain erityistä. Jos ar-

vostuksen tarve ei tyydyty tarpeeksi, ihminen usein masentuu ja turhautuu. Liittymisen ja arvostuksen tarpeet muodostavat sosiaalisen hyvinvoinnin. Sen osa-alueina ovat yhteistyö- ja vuorovaikutustaidot, verkostoihin ja yhteisöihin kuuluminen sekä suhteet omaan perheeseen ja ystäviin. Sosiaalisen hyvinvoinnin heikkenemisellä on vaikutus yhteisön sisäiseen ilmapiiriin. Henkilöstön kehittämisen oppaan mukaan työyhteisö voi vahvistaa yksilön sosiaalista hyvinvointia. (Vilkko-Riihelä 1999: 470; Henkilöstön kehittämisen opas 2006.)

Tarvehierarkian päällimmäisinä tasoina ovat itsensä toteuttamisen tarve ja henkisyys. Näillä tasoilla ihminen kokee, että hänellä on kykyä ja mahdollisuuksia toteuttaa toiveensa. Nämä tarpeet liittyvät olennaisesti psyykkiseen hyvinvointiin yhdessä arvostuksen ja läheisyyden tarpeiden kanssa. Sen osa-alueina voidaan pitää sitoutumista työhön ja yhteisöön, tavoitteellisuutta ja innostusta tehtäviin. Psyykkiseen hyvinvointiin liittyy elämänhallinta, mahdollisuus vaikuttaa omaan työhönsä sekä harrastuneisuus. Psyykkisen hyvinvoinnin vähentyessä henkilön sitoutuminen ja motivaatio vähenevät, pahimmassa tapauksessa katoavat kokonaan. Tällöin hänen kykynsä hallita uutta heikkenee. (Vilkko-Riihelä 1999: 470-471; Henkilöstön kehittämisen opas 2006.)

### 3.5 Opiskelijoiden hyvinvointi

Tutkimuksemme lähtökohtana olivat aiemmat opiskelijahyvinvointitutkimukset. Hyvinvointi käsitteenä on laaja ja liittyy olennaisena osana ihmisen psyko-fyysis-sosiaaliseen kokonaisuuteen. Yhteys hyvinvoinnin ja motivaation välillä on selitettävissä esimerkiksi Maslow'n tarvehierarkian avulla (Henkilöstön kehittämisen opas 2006; Vilkko-Riihelä 1999: 470).

Opiskelijoiden hyvinvointiin vaikuttavia tekijöitä ovat taloudellinen tilanne, psyykkinen ja fyysinen terveys sekä sosiaalinen ympäristö. Opiskelijajärjestöjen perustehtäviin kuuluu hyvinvointityö, joka on myös tämän tutkimuksen alullepanija. (Kunttu 2003: 28-30.) Opiskelijoiden taloudellisen tilanteen perustan luovat yleensä opintoraha ja asumistuki, mutta tämä ei kuitenkaan yleensä riitä. Opiskelijat käyvätkin usein opiskelujen ohessa töissä ja oman alan työkokemus on osoittautunut hyödylliseksi opiskelumotivaation kannalta. Epävarmuus työllistymisestä opintojen jälkeen vaikuttaa opiskelijoiden haluttomuuteen ottaa opintolainaa. (Kunttu 2003: 28-30.)

Opiskelijat kokevat terveydentilansa yleensä hyväksi, fyysinen ja psyykinen oireilu on kuitenkin melko yleistä. Oireiden taustalla on usein stressi, opiskelijoiden elintapojen epäsäännöllisyys ja mekaaninen suhtautuminen omaan kehoon. (Kunttu 2003: 28-30.)

On todettu, että psyykkiset ongelmat opiskelijaikäisillä kumpuavat usein kehityspsykologisista kriiseistä tai provosoituvat elämäntilannetekijöistä. Elämäntilannemuutoksia ovat opiskelijaiässä mm. muutto pois kotoa, opiskelun alkaminen tai loppuminen, kaveripiirin muutos ja seurusteluun liittyvät asiat. Lähipiirillä on todettu olevan suuri merkitys stressin synnyssä ja sen hallinnassa. (Kunttu 2003: 28-30.)

Sosiaalista ympäristöä ovat perheen ja ystävien lisäksi myös opiskeluyhteisöt. Opiskelijayhteisöjen kiinnostus opiskelijasta näkyy esimerkiksi opiskelutekniikan ja opintojen ohjauksessa. Tämä edistää turvallisuutta tuottavaa yhteisöllisyyttä ja näillä tekijöillä onkin suuri merkitys opiskeluihin kiinnittymisessä ja opiskelumotivaation kehittymisestä. Jos opiskelija ei koe saavansa tarpeeksi tukea-antavaa vuorovaikutusta sekä kokee palautteen ja ohjauksen riittämättömiksi, tämä heijastuu opiskelijan kokeman stressin lisääntymisenä ja opiskelujen pitkittymisenä. (Kunttu 2003: 28-30.)

Konu (2002) on tutkinut väitöskirjassaan oppilaiden hyvinvointia koulussa. Tutkimuksen pyrkimys on ollut kokonaisvaltainen näkemys koulujen hyvinvoinnista ja aiheen selkiyttäminen julkisessa keskustelussa. Tutkimuksen tuloksena syntyi käsitteellinen malli kouluhyvinvoinnista. Mallin mukaan kouluhyvinvointi koostuu neljästä osalueesta joita ovat having, loving, being ja health, joiden osatekijöinä ovat koulun olosuhteet, sosiaaliset suhteet, itsensä toteuttamisen mahdollisuudet ja terveydentila. Koulun hyvinvointimallissa terveydentila ymmärretään siis hyvinvoinnin oleellisena osana.

Erolan (2004) tutkimuksen tarkoituksena oli tutkia ammattikorkeakouluopiskelijoiden hyvinvoinnin, terveyden ja opiskelijaterveydenhuollon palvelujen nykytilaa sekä kehittämistarpeita. Tutkimuksen tuloksista käy ilmi, että opiskeluolot ja opintojen ohjaus vaativat kehittämistä. Ammattikorkeakouluopiskelijoiden terveydenhuoltopalveluiden järjestämistavat olivat melko kirjavia eri kunnissa. Tämä aiheutti eri alojen ja paikkakuntien ammattikorkeakouluopiskelijoiden eriarvoisen aseman palveluiden saatavuudessa. Tutkimuksen mukaan kunnissa tulisi kiinnittää erityistä huomiota ammattikor-

keakouluopiskelijoiden terveydenhuoltopalveluiden kehittämiseen. Terveydenhuoltopalveluista tiedottamiseen tulisi myös kiinnittää aiempaa enemmän huomiota.

### 3.6 Terveys

WHO (1947) määrittelee terveyden käsitteenä lähelle hyvinvointia, elämänlaatua, elämään tyytyväisyyttä ja onnellisuutta. WHO:n mukaan terveys on täydellinen fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen hyvinvoinnin tila eikä ainoastaan sairauden puuttumista. Opiskelu edellyttää opiskelijalta omia voimavaroja sekä tukea opiskeluympäristöltä. Opiskelijoiden voimavaroihin lasketaan riittävä terveys, kyvykkyys, tiedot ja taidot sekä motivaatio. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2006: 21.)

Stadiassa 2002 toteutetun tutkimuksen mukaan 85 % opiskelijoista arvioi terveytensä hyväksi tai melko hyväksi. Vuonna 2005 vastaavassa tutkimuksessa luku oli pudonnut 78 %:n. Ammattikorkeakouluopiskelijoiden hyvinvointi 2004 käsittää kaikki Suomen ammattikorkeakouluopiskelijat. Sen mukaan 83 % koki terveytensä hyväksi tai melko hyväksi. (Erola 2004; Ketola – Rinta-Lusa 2002; Pohjamies-Molander - Siira 2004.)

Kansanterveyslain (1972/66) kolmannen luvun mukaan kunnan tehtävänä on järjestää ja ylläpitää oppilaitostensa opiskelijoille kotipaikasta riippumatta opiskelijaterveydenhuoltoa. Ammattikorkeakouluopiskelijoiden terveydenhuollossa on vakavia puutteita, maksullisuudesta erilaisia käsityksiä ja ennaltaehkäisevä terveydenhuolto on puutteellista (Hämäläinen - Kolimaa - Peltonen 2003). Vuodesta 2002 sosiaali- ja terveysministeriön opiskelijaterveydenhuollon työryhmään on kuulunut jaosto, joka keskittyy pohtimaan terveydenhuollon järjestämistä ammattikorkeakouluopiskelijoille. (Erola 2004: 3.)

Sairauksien hoidon lisäksi opiskeluterveydenhuollossa on keskeistä edistää opiskelijan fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista terveyttä tukevia opiskeluolosuhteita ja olla mukana korjaamassa ja hoitamassa opiskelukykyä heikentäviä tekijöitä. Opiskeluterveydenhuollon tulisi käsittää kaikki opiskelijoiden elämänvaiheeseen liittyvät terveyteen vaikuttavat tekijät. (Sosiaali- ja terveysministeriö 2006: 21.)

Vuoden 2004 ammattikorkeakouluopiskelijoiden hyvinvointitutkimukseen osallistuneista opiskelijoista lähes 37 % ei ollut saanut tietoa terveydenhuoltopalveluista oppilaitoksestaan. Etelä-Suomen läänin ammattikorkeakoulut osoittautuivat heikoimmiksi tie-



donjakajiksi terveydenhuoltopalveluista. Suuri osa ammattikorkeakouluopiskelijoista käyttää terveydenhuoltopalveluja erittäin vähän. (Erola 2004: 24.)

#### 4 TUTKIMUSTEHTÄVÄT

Tutkimuksen tarkoituksena oli selvittää, mitkä eri tekijät vaikuttavat Stadian opiskelijoiden hyvinvointiin ja opiskelumotivaatioon. Tarkastelemalla opiskelijoiden kokemuksia oli mahdollista saada ajankohtaista tietoa mm. opiskelijoiden hyvinvoinnista ja terveyspalveluista. Aiempien tutkimusten mukaan terveydellä on yhteys hyvinvointiin ja hyvinvoinnilla opiskelumotivaatioon.

Tutkimustehtävät:

1. Millaisten tekijöiden Stadian opiskelijat kokevat vaikuttavan hyvinvointiinsa ja opiskelumotivaatioonsa?
2. Onko terveyspalveluilla merkitystä Stadian opiskelijoiden hyvinvointiin?

#### 5 TUTKIMUSMENETELMÄT

##### 5.1 Kvalitatiivinen tutkimus

Tutkimusmetodimme on kvalitatiivinen eli laadullinen, sillä aineistoa tarkastellaan sisältäpäin sellaisena kuin tutkimukseen osallistuvat henkilöt sen kokevat. Kvalitatiivinen tutkimus voi edetä induktiivisesti tai deduktiivisesti. Kvalitatiivisessa tutkimuksessa ollaan kiinnostuneita useista yhtäaikaista tekijöistä, jotka vaikuttavat lopputulokseen. (Field 1985; Janhonen - Nikkonen 2003; Metsämuuronen 2006; Paunonen - Vehviläinen-Julkunen 1997.)

Erilaisia kvalitatiivisen tutkimuksen tiedonhankinnan strategioita ovat tapaustutkimus, fenomenologinen tutkimus, etnografinen tutkimus, grounded theory eli aineistopohjainen, toimintatutkimus, diskurssianalyysi ja narratologia sekä fenomenografia (Metsä-

muuronen 2006: 91-108; Morse 1992). Laadullisen tutkimuksen eri lähestymistapojen tavoitteena on löytää aineistosta toimintatapoja, yhtäläisyyksiä tai eroja (Latvala - Vanhanen-Nuutinen 2003: 21).

Laadullisessa tutkimuksessa aineistonkeruumenetelminä ovat useimmiten haastattelu, havainnointi ja kirjalliseen materiaaliin perehtyminen. Kirjallista materiaalia voivat olla esimerkiksi päiväkirjamerkinnät ja kirjeet. (Metsämuuronen 2006: 111-118.)

## 5.2 Tutkimuksen eteneminen

Perehdyimme aikaisempiin opiskelijoiden motivaatiota, terveyttä ja hyvinvointia koskeviin tutkimuksiin ja muuhun aiheisiimme liittyvään kirjallisuuteen, jotka olivat tutkimuksemme lähtökohtana. Tämän sisällön- ja tilanneanalyysin avulla laadimme haastattelurungon (ks. liite 2), jossa käsiteltäväksi tulevat ne alueet jotka koskevat opiskelijoiden hyvinvointia, terveyttä, motivoitumista ja niihin vaikuttavia tekijöitä. (Hirsjärvi - Hurme 2000: 47-48.)

Valitsimme aineistonkeruumenetelmäksemme ryhmähaastattelun, koska haastattelu on joustava menetelmä tiedonhankintaan. Haastateltavat ovat tutkimuksessa merkityksiä luovia ja aktiivisia osapuolia. Haastattelussa tutkija on suorassa vuorovaikutuksessa tutkittavan kanssa ja tämä luokin mahdollisuuden kohdistaa tiedonhankintaa tutkimustilanteessa. Haastattelututkimuksessa voidaan saada esiin toiminnan takana olevia motiiveja. (Hirsjärvi - Hurme 2000: 34-35; Ruusuvuori - Tiittula 2005: 22-56, Alastalo 2005: 69-73.) Valitsimme haastattelun aineistonkeruumenetelmäksi, koska tutkimustulosten voitiin olettaa olevan monitahoisia ja tilanteessa pystyimme tarkentamaan vastauksia suoraan tutkittavilta. Tutkimuksessamme emme pyri yleispäteviin selityksiin, vaan ymmärtämään, tulkitsemaan ja kuvaamaan opiskelijoiden yksilöllisiä kokemuksia.

Ryhmähaastattelu voidaan toteuttaa strukturoituna, puolistrukturoituna tai avoimena haastatteluna (Ruusuvuori - Tiittula 2005: 11). Näistä vaihtoehdoista valitsimme tutkimukseemme puolistrukturoidun haastattelumuodon. Puolistrukturoitu haastattelu etenee tutkimustehtävistä ilmenevien teemojen mukaan. Tällöin puhutaan teemahaastattelusta. Haastattelun runko muodostuu etukäteen päätetyistä teemoista jotka muodostavat haas-

tattelun aihepiirit. Haastattelijan tehtävänä on ohjata ryhmän keskustelua oikeille urille. (Hirsjärvi - Hurme 2000: 43-48; Ruusuvuori - Tiittula 2005: 22-56.)

### 5.3 Kohderyhmä

HAMOK:in tilauksesta tutkimuksemme kohderyhmänä ovat Helsingin ammattikorkeakoulu Stadian opiskelijat. Stadia on Suomen suurin ammattikorkeakoulu, jossa opiskelee yli 9300 opiskelijaa kolmella eri toimialalla, jotka ovat Sosiaali- ja terveysala, Kulttuuri- ja palveluala sekä Tekniikka ja liikenne. Opintoja suoritetaan nuoriso- ja aikuis- koulutusohjelmissa ja opiskelijat ovatkin siis hyvin eri ikäisiä. Nuorisoasteen opiskelijat ovat kuitenkin pääasiassa nuoria aikuisia. (Stadia 2007.)

Harkinnanvaraista näytettä eli kohderyhmää tai -joukkoa valittaessa on tärkeää huomioida se, että tutkimukseen osallistuvat henkilöt ovat sellaisia joilla on tutkimuksen kannalta olennaisen tärkeitä tietoja. Jos tutkitaan opiskelijoiden kokemusta hyvinvoinnista, motivaatiosta ja ulkoisten tekijöiden vaikutuksista niihin, on kohdejoukon muodostuttava opiskelijoista joilla on tarjota kokemuseräistä tietoa aiheesta. Tutkijan tehtävänä on osoittaa, että tiedon antajat ovat luotettavia ja edustavat tutkittavana olevaa väestöä sekä tuntevat tutkittavana olevan aiheen. (Field 1985: 133; Hirsjärvi - Hurme 2000: 58-60.)

Ryhmähaastattelussa osallistujat eivät yleensä ole satunnaisesti valittuja, koska laadullisen tutkimuksen otannan ei ole tarkoitus olla tilastollisesti kattava. Ryhmän tarkoitus onkin antaa lisää tietoa juuri valitusta kohderyhmästä. Optimaalisen haastatteluryhmän on sanottu koostuvan toisilleen tuntemattomista ihmisistä, jolloin tiedot toisista ja heidän mielipiteistään eivät vaikuta keskustelun kulkuun. Toisaalta jos käsitellään arkoja asioita ja henkilökohtaisia kokemuksia, voivat tutut ihmiset tehdä tilanteesta turvallisemman ja täten luoda syvällisempää keskustelua. (Hirsjärvi - Hurme 2000: 61; Pötsönen - Välimaa 1998: 6-7; Välimäki 1994: 12.)

Ryhmän sisäinen koostumus voi olla joko heterogeeninen tai homogeeninen. Molemmissa on omat etunsa ja haittansa. Heterogeenisessä ryhmässä saattaa helpommin syntyä monimuotoista mielipiteidenvaihtoa, kun taas homogeenisessa ryhmässä sen jäsenten on helpompi ymmärtää toisiaan ja siten puhua myös aremmista asioista. (Pötsönen - Välimaa 1998: 6-7.)

Haastatteluryhmän kokoa määriteltäessä pitää ottaa huomioon ryhmän koon merkitys saadun tiedon määrään ja laatuun. Jos ryhmä on kovin pieni, on erilaisia mielipiteitä vähän ja haastattelusta saatu tieto jää kovin suppeaksi. Liian isossa ryhmässä hiljaisimpien osallistujien mielipiteet taas voivat jäädä huomioimatta, koska he eivät saa suunvuoroa. Isossa ryhmässä saattaa myös tapahtua hajontaa ja pienryhmytymistä kun ihmiset eivät jaksaa odottaa omaa vastausvuoroaan ja alkavat keskustella keskenään. (Pötsönen - Välimaa 1998: 6-7.)

Tarkoituksenamme oli keskittyä hakemaan tietoa Stadian toisen vuoden opiskelijoiden kokemuksista, koska opinnäytetyömme tilaaja HAMOK oli kiinnostunut juuri tästä kohderyhmästä. Tarkoituksemme oli konsultoida myös kunkin koulutusalan koulutusjohtajaa ryhmiä rekrytoidessa. Käytännössä huomasimme kuitenkin koulutusjohtajien konsultoinnin ja osallistujien rekrytoinnin tietystä aloitusryhmästä olevan lähes mahdollonta käytettävissä olleen ajan puitteissa. Pyrimme aluksi keskittymään rekrytoinnissa toivottuun aloitusryhmään, mutta emme saaneet tätä kautta riittävästi osallistujia haastatteluiden toteuttamiseksi. Tästä syystä päädyimme rekrytoimaan haastateltavat henkilökohtaisesti suoraan haastattelupaikalta. Haastattelupaikoilla kerroimme potentiaalisille osallistujille tutkimuksestamme ja pyysimme heitä osallistumaan haastatteluun. Haastatteluun suostuneiden varmistimme olevan Stadian nuorisoasteen opiskelijoita eli kuuluvan kohderyhmäämme. Lisäksi annoimme haastatteluun suostuneille tulostamamme kutsukirjeen, josta löytyi tietoa tutkimuksesta ja yhteystietomme (ks. liite 1). Kehotimme kaikkia haastateltaviamme ottamaan rohkeasti meihin yhteyttä, mikäli heidän mieleensä olisi tullut kysyttävää tai lisättävää haastatteluun liittyen. Näin saimme tarvittavan määrän osallistujia kuhunkin haastatteluun.

Järjestimme kolme erillistä noin tunnin pituista ryhmähaastattelua loppukevään 2007 aikana. Osallistujia haastatteluun saapui 3 - 5 ryhmää kohden. Yhteensä haastatteluihimme osallistui 11 Stadian opiskelijaa, joista kolme oli miehiä ja kahdeksan naisia. Edustettuina oli opiskelijoita kaikista kolmesta Stadian toimialasta. Haastatteluun osallistui 1. - 3. vuoden nuorisoasteen opiskelijoita. Yksi haastatteluryhmistä koostui toisensa tuntevista opiskelijoista, kaksi muuta olivat heterogeenisiä ryhmiä. Keskustelu oli vilkasta ja ilmapiiiri oli avoin ja toverillinen kaikissa kolmessa ryhmässä.

#### 5.4 Tutkimuksen aikataulu ja rahoitus

Teimme sopimuksen HAMOK:in kanssa tutkimuksen toteuttamisesta ja aikataulusta. Sopimus on voimassa 1.2.2007–31.1.2008 välisen ajan, ja sen mukaisesti tutkimuksen tuloksineen tuli olla valmis viimeistään 31.10.2007. Työ luovutetaan Helsingin ammatikorkeakoulun opiskelijakunnan käyttöön. Työn edistymistä on seurattu hyvinvointityöryhmän jäsenistä koostuneessa ohjausryhmässä erikseen sovittujen tapaamisten puitteissa.

Opinnäytetyön suunnitelma hyväksyttiin huhtikuussa 2007, jonka jälkeen haimme tutkimusluvan Stadian vs. vararehtori Juha Lindforsilta. Haastattelut suoritettiin toukokuun 2007 alussa. Haastatteluissa saamaamme materiaalia aloimme työstämään välittömästi tämän jälkeen. Aineiston analysointi suoritettiin kesän ja alkusyksyn aikana ja opinnäytetyön palautusajankohta oli marraskuussa 2007. Valmis opinnäytetyömme julkaisupäivä sovittiin joulukuuhun 2007.

Tutkimuksen tekemisestä emme saaneet rahallista korvausta. HAMOK kuitenkin lupasi avustaa tarvittavan kirjallisuuden monistamiskustannuksissa tarjoamalla meille mahdollisuuden käyttää HAMOK kopiokoneita. Käytännön syistä hankimme myös omia kopiokortteja muun muassa Helsingin yliopiston kirjastoon ja Helsingin kaupungin kirjastoon, johon kului noin 40 euroa.

Tarjosimme haastatteluun osallistuville kahvia ja pientä purtavaa haastattelun aikana, joiden kustannuksiin HAMOK osallistui. Tähän kului yhteensä 26,59 euroa eli hieman alle yhdeksän euroa ryhmää kohden. Valmis opinnäytetyö toimitettiin Stadian rehtorille, opinnäytetyömme ohjaavalle opettajalle Riitta Paavilaiselle, Stadian kirjastoon PDF-versiona ja HAMOK:ille.

## 5.5 Aineiston hankinta ja analyysi

### 5.5.1 Aineiston hankinta

Tutkimukseemme valitsimme metodiksi puolistrukturoidulla haastattelurungolla suoritettavan ryhmähaastattelun. Puolistrukturoitujen haastattelumuotojen tunnetuimpia muotoja ovat teemahaastattelut, joissa käydään läpi samat aiheet ja teemat haastattelun aikana järjestystä muuttaen (Ruusuvuori - Tiittula 2005: 11). Juuri tämän joustavuuden vuoksi teemahaastattelu ryhmälle olikin mielestämme sopiva menetelmä käytettäväksi aineiston hankintaamme. Käytimme eri teorioita ja tutkimuksia tietopohjanamme haastattelurunkoa pohtiessamme.

Ryhmähaastattelutilanteen tueksi laadimme haastattelurungon (ks. liite 2), jossa oli ennalta määritelty haastattelun teemat. Nämä teemat käytiin läpi kaikissa kolmessa ryhmähaastattelutilanteessa, mutta ne eivät esiintyneet samassa järjestyksessä kaikissa ryhmissä. Tämän rungon avulla varmistimme, että samat teema-aiheet käytiin läpi jokaisessa ryhmässä ja tarvittaessa johdattelimme keskustelua niin että kaikki aihealueet nousivat esiin.

Aineisto hankittiin suorittamalla kolme ryhmähaastattelua Stadian Tukholmankadun, Agricolankadun ja Bulevardin toimipisteissä. Valmistelimme haastatteluhihin varatut tilat viemällä niihin kahvitukseen ja haastattelun taltiointiin tarvittavat välineet. Haastattelut videoitiin ja varmuuden vuoksi ääninauhoitettiin c-kasetille. Haastattelutilanteen videointi oli perusteltua, koska kuvanauhoituksen avulla saimme tutkimukseen lisää syvyyttä ottamalla huomioon puhujan asennot ja ilmeet. Kuvanauhoite auttoi myös kohdentamaan kommentit oikeille henkilöille litterointivaiheessa, koska näimme kuvanauhoitteesta haastateltavien opiskelijoiden kasvot. Videonauhoite siirrettiin Firewire johdon avulla tietokoneen kautta cd-levyille.

Haastattelujen jälkeen aineisto litteroitiin, eli haastattelunauhat purettiin tekstiksi. Haastatteluaineistoa kertyi kolmesta haastattelusta yhteensä 49 kappaletta A4 kokoista arkki Times New Roman fontilla, rivivälillä 1 ja kirjasinkoolla 10 kirjoitettuna. Litterointi on kuin haastattelun myöhemmin kirjoitettu käsikirjoitus. Litteroinnissa kirjoitettiin kaikki keskustelun aikana sanottu paperille. Videonauhoitteesta esiin tulevat sanallista viestin-

tää tukevat asiat, kuten ilmeet ja eleet huomioidaan osittain myös litterointiprosessissa (Kvale 1996: 161, 166-168; Ruusuvuori - Tiittula 2005: 14-16).

Aineiston tukena käytimme haastattelupäiväkirjaa, johon merkitsimme haastattelun aikana esiin tulleita asioita ja tekijöitä, jotka vaikuttivat haastattelun analysointiin, mutta eivät välttämättä tule esiin litteroidussa tekstissä. Tällaisia asioita olivat muun muassa haastateltujen sukupuoli, ikä ja opintoala. Haastattelupäiväkirjassa havainnoimme lisäksi yleistä ilmapiiriä haastatteluiden aikana. Haastattelupäiväkirjan pitäminen on osa tutkimuksen laadun varmistamista (Hirsjärvi - Hurme 2000: 184). Fieldin (1985) mukaan haastattelututkimuksen aineistonhankinnassa on otettava huomioon havainnoinnin tarkkuus, painopisteiden valitseminen ja virhelähteet. Näitä tekijöitä käsittelemme myöhemmin.

Koko opinnäytetyöryhmämme oli läsnä kaikissa kolmessa ryhmähaastattelussa. Työnjakona olimme sopineet yhden ryhmämme jäsenistä olevan vastuussa haastattelun etenemisestä, toisen nauhoittamisesta ja kolmannen päiväkirjamerkinnöistä. Muutamaa päivää ennen haastatteluja varmistimme tilojen varaukset ja nauhoitusmateriaalin riittävyyden sekä laitteiden toimivuuden. Haastattelupäivänä saavuimme paikalle ennen ryhmähaastattelun alkua huolehtimaan käytännön järjestelyistä, kuten tiloista, nauhoitusvälineistä ja tarjoilusta.

### 5.5.2 Ryhmähaastattelun analyysi

Ryhmähaastattelun aineiston analyysissä ja raportoinnissa on tärkeää kiinnittää huomiota aineiston erityispiirteisiin. Ryhmähaastattelussa analysoitava yksikkö on koko ryhmä, eivät yksittäiset henkilöt. Koska mielipiteet ja näkemykset syntyvät ryhmätilanteessa, ne vaikuttavat väistämättä ryhmän kaikkiin jäseniin. Ryhmähaastattelun analysointi onkin väistämättä aina jonkinasteista ryhmätilanteen analyysia. On kuitenkin olennaista erottaa yksittäisen ryhmän jäsenen mielipide ryhmän yhteisistä mielipiteistä. Mahdolliset poikkeavat mielipiteet sekä mielipiteiden yhtenäisyys tulisi ottaa huomioon analyysissa, kuten myös nonverbaalinen viestintä. Vuorovaikutus ryhmässä koostuu siis sanallisen viestinnän lisäksi vaitiolosta, eleistä, ilmeistä, liikkeistä, teoista tai somaattisista reaktioista. Ryhmätilanteessa sanattomalla viestinnällä on huomattava merkitys, koska se

välittää tunnelatauksia, hyväksyntää ja torjuntaa. (Jauhiainen - Eskola 1994: 71; Pötsönen - Välimaa 1998: 13.)

Haastattelua analysoitaessa tulisi seurata ryhmän sisäistä yhtenäisyyttä sekä mahdollisia osallistujien mielipiteiden muuttumista ryhmän keskustelun aikana tai sen jälkeen. Olennaista on myös löytää keskustelun ideat, jotka nousevat esiin keskustelun seurauksena noudattamatta haastattelurunkoa. (Pötsönen - Välimaa 1998: 13.)

### 5.5.3 Aineiston analyysi

Haastatteluaineisto voidaan analysoida sisällön analyysillä, joka on paljon käytetty menetelmä hoitotieteellisissä tutkimuksissa. Sisällön analyysia käytetään kirjoitetun ja suullisen kommunikaation analysointiin, ja sen avulla voidaan tarkastella asioiden ja tapahtumien merkityksiä, seurauksia sekä yhteyksiä. Sisällön analyysillä tarkoitetaan tutkimusaineiston tiivistämistä sellaiseen muotoon, jossa tutkittavia ilmiöitä kuvaillaan lyhyesti ja yleistävästi. Se on tapa järjestää, kuvailla ja kvantifioida tutkittavaa ilmiötä. Sisällön analyysillä voidaan myös tuoda esille tutkittavien ilmiöiden väliset suhteet. Sisällön analyysin tekemiseen ei ole olemassa yksityiskohtaista mallia vaan tiettyjä ohjeita analyysiprosessin etenemisestä. Sisällön analyysissa voidaan lähteä etenemään kahdella tavalla joko aineistolähtöisesti induktiivisesti tai deduktiivisesti käyttäen aineiston luokittelussa jotain aikaisempaa käsitejärjestelmää. (Eskola - Suoranta 1998: 138; Latvala - Vanhanen-Nuutinen 2003: 21, 23; Kyngäs - Vanhanen 1999: 3-12.)

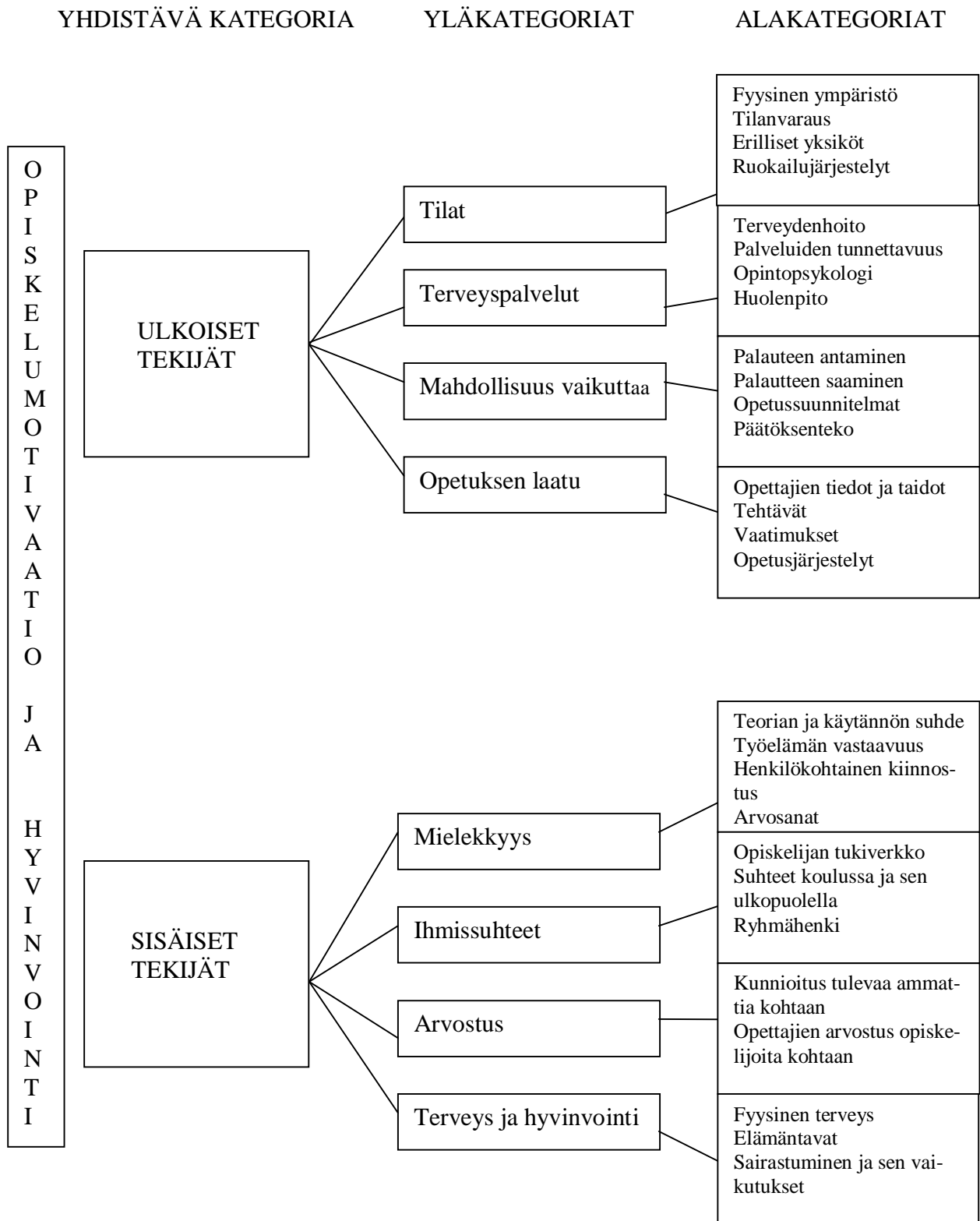
Sisällön analyysiin liittyvät yleisesti seuraavat vaiheet: analyysiyksikön valinta, aineistoon tutustuminen, aineiston pelkistäminen ja sen luokittelu sekä tulkinta. Analyysiyksikön valinnan jälkeen aineisto luetaan läpi useita kertoja. Analyysivaiheessa tutkijan tulee myös ratkaista keskittykö hän vain selkeästi ilmaistuihin asioihin vai myös piilossa oleviin viesteihin. Jos aineiston keruuta on ohjannut strukturoitu tai puolistrukturoitu haastattelu voidaan analyysin runkona käyttää haastattelurunkoa. Ryhmähaastattelun teemat muodostavat itsellään jo eräänlaisen aineiston jäsenyyksen, josta on hyvä lähteä liikkeelle. (Eskola - Suoranta 1998: 152-153; Latvala - Vanhanen-Nuutinen 2003: 24-26; Kyngäs - Vanhanen 1999: 3-12.)



Kun käytetään teemahaastattelun haastattelurunkoa analyysin pohjana, aineistosta poimitaan esiin haastattelurungon mukaisia tekstikohtia. Jos aineistosta löytyy asioita, jotka eivät ole valmiin viitekehyksen mukaisia, voidaan niistä muodostaa induktiivisen sisällön analyysin mukaan oma luokka. Tekstikohdat voidaan kopioida joko sellaisenaan tai tutkija tekee niistä tiivistelmät. Tiivistelmien teko lisää tutkijan omaa tulkintaa. (Eskola - Suoranta 1998: 153-155; Latvala - Vanhanen-Nuutinen 2003: 30-31; Kyngäs - Vanhanen 1999: 7-10.)

Lähdimme etenemään aineiston analyysissa deduktiivisesti, analyysirunkona käytimme haastattelurunkoamme (ks. liite 2). Analyysin aloitimme litteroimalla tekstin, jonka jälkeen tutustuimme huolellisesti haastatteluiden kulkuun. Litterointivaihe käynnisti aineistoon tutustumisen ja prosessoinnin. Päädyimme jakamaan vastuun niin, että jokainen opinnäytetyöryhmämme jäsen oli päävastuussa yhden haastattelun materiaalista. Valitsimme ajatuskokonaisuudet analyysiyksiköksi, koska haastatteluista esiin nousseet asiat eivät välttämättä olleet tiivistettävissä yhteen sanaan tai lauseeseen. Kertyneen haastatteluaineiston luimme jokainen tahoillamme useaan kertaan läpi. Tämän jälkeen luokittelimme yhdessä aineiston analyysirungon (ks. liite 2) mukaisesti käyttäen analyysiyksikkönä ajatuskokonaisuuksia. Käyttämiämme yläkategorioita olivat tilat, mahdollisuus vaikuttaa, terveyspalvelut, opetuksen laatu, mielekkyys, ihmissuhteet, arvostus sekä terveys ja hyvinvointi. Keskityimme analyysia tehdessämme suorien sanallisten ilmaisujen lisäksi myös puhetta vahvistaneisiin eleisiin, kuten myöntävään nyökyttelyyn ja olan kohautuksiin.

Litteroiduista teksteistä merkitsimme eri värikoodeja käyttäen analyysirungon mukaisesti yläkategoriahin liittyvät ajatuskokonaisuudet. Esimerkiksi hyvinvointiin, terveyteen ja motivaatioon vaikuttavien ulkoisten tekijöiden yläkategoriaa ”tilat” vastasi sininen väri ja sillä koottiin kaikki, esimerkiksi luokkien toimivuutta ja tilajärjestelyjä koskevat ajatuskokonaisuudet. Nämä ajatuskokonaisuudet kokosimme yhdessä tiivistelmiksi, jotka pelkistämällä muodostimme aineiston analyysin alakategoriat. Näin jatkoimme käyden läpi kaikki haastattelurungon yläkategoriat (ks. kuvio 3). Esimerkkejä analyysin kulusta ja eri alakategorioihin kuuluvia haastateltujen ilmaisuja on liitteessä 5.



KUVIO 3. Opiskelijoiden kokemuksia hyvinvoinnista ja motivaatiosta

## 6 TUTKIMUKSEN EETTISET JA LUOTETTAVUUTEEN LIITTYVÄT KYSYMYKSET

### 6.1 Haastattelututkimuksen eettisiä kysymyksiä

Tutkimuksen tekoon liittyy monia eettisiä ja moraalisia näkökohtia, joista osa on helppoa ja osa vaikeasti tiedostettavissa. Eri tutkimusvaiheissa herää eri kysymyksiä tutkimuksen etiikkaa koskien. Kvale (1996) käsittelee tutkimushaastatteluun liittyviä eettisiä näkökohtia. Hänen mukaansa tutkimuksen tarkoitusta tulisi tarkastella miettien miten tutkimus voi parantaa tutkittavana olevan inhimillistä tilannetta. Suunnitelmavaiheen tärkein eettinen näkökohta on haastateltavan vapaaehtoisuus, joka perustuu riittävään annettuun tietoon tutkimuksen tarkoituksesta, toteutuksesta ja tutkimustulosten käytöstä (Kvale 1996: 110-114; Ruusuvuori - Tiittula 2005: 17-18; Hirsjärvi - Hurme 2000: 20). Tutkimukseen osallistujille annettiin kutsukirje, jossa kerroimme tutkimuksen luonteesta ja toteutuksesta, sekä annoimme yhteystietomme mahdollisia kysymyksiä varten.

Haastattelutilanteessa kerrataan henkilöiden antamien tietojen luottamuksellinen käsittely. Tutkimukseen osallistujille pitää selvittää keinot, joilla pyritään takaamaan haastateltavan anonymisuus. On tärkeää, että haastateltavaa ei pystytä jälkikäteen tunnistamaan, joten haastattelumateriaali tulee analysoinnin jälkeen tuhota. Lisäksi huomioidaan minikälaisia seuraamuksia tutkimushenkilölle voi haastattelusta olla, esim. stressi haastattelun kuluessa tai ajanmenetys. Tutkijoina meidän on huomioitava, että meitä sitoo vaitiolovelvollisuus tutkittavaa ryhmää ja aineistoa kohtaan. (Janhonen - Nikkonen 2003: 122; Kvale 1996: 111, 114-115; Hirsjärvi - Hurme 2000: 20.) Tuhosimme haastattelunauhaturvat analysoinnin jälkeen nauhoittamalla ne ensin tyhjiksi ja hajottamalla ne sen jälkeen. CD-tallenteet leikkasimme pieniksi palasiksi ja hävitimme erissä asianmukaisesti. Kaiken kirjallisen materiaalin tuhosimme silppurissa. Tutkimusstressiä ja tilanteen aiheuttamaa ajanmenetystä yritimme korvata osallistujille järjestämällä kahvitarjoilun haastattelun aikana.

Materiaalin purkamisessa tutkijan on huomioitava miten tarkasti aineisto kirjataan nauhoilta tutkittavaksi, kirjalliseksi materiaaliksi. Haastateltavien puheen tulisi toistua sanantarkasti murteineen ja välisanoineen. Analyysivaiheessa tutkijan on otettava huomi-

oon se, miten syvällisesti ja kriittisesti haastatteluaineisto puretaan. On myös mietittävä, pitäisikö haastateltavilla olla sananvaltaa siihen, miten heidän lauseitaan tulkitaan. (Kvale 1996: 111; Ruusuvuori - Tiittula 2005: 16.) Purimme haastattelumateriaalin niin, että kaikki opinnäytetyöryhmämme jäsenet olivat paikalla. Näin saimme mahdollisimman tarkasti kirjattua ryhmähaastattelun materiaalin. Jotta pystymme säilyttämään tutkimushenkilöiden intymiteettisuojan, pidämme tärkeänä sitä, ettei henkilöitä voida jälkikäteen tunnistaa. Tämän takia emme kysyneet haastateltavilta nimiä emmekä henkilötietoja opintoalaa ja aloitusvuotta lukuun ottamatta. Näin ollen emme voi ottaa yhteyttä haastattelun osallistujiin haastattelun jälkeen.

Tutkijalla on eettinen vastuu tuottaa tietoa, joka on mahdollisimman varmaa ja mahdollisimman todennettua. Tutkimuksen raportoinnissa tutkijan on otettava huomioon, miten tutkimuksen raportointi vaikuttaa tutkittavana olleisiin henkilöihin ja heidän edustamaansa ryhmään. (Kvale 1996: 111.) Tutkimuksemme pohjautuu kirjallisuus- ja aineistohakuihin, jotka vahvistavat tutkimuksen teorian tieteellisen luotettavuuden. Olemme pyrkineet varmistamaan hankitun tiedon useasta eri lähteestä. Tämä vaikuttaa tutkimuksemme luotettavuuteen ja tulosten käytettävyyteen ja siten myös tutkimuksemme etiikkaan. Tavoitteena tutkimuksellamme on tuottaa tietoa, jolla opiskelijoiden oloja parannettaisiin. Opiskelijoiden hyvinvointiin ja motivaatioon vaikuttaviin tekijöihin voidaan toivottavasti tutkimuksemme myötä puuttua entistä paremmin.

Tutkimusluvan haimme (ks. liite 3) Stadian vs. vararehtori Juha Lindforsilta suunnitelmaseminaarin jälkeen. Tutkimuslupa myönnettiin huhtikuussa 2007 (ks. liite 4), jonka jälkeen järjestimme suunnitellut ryhmähaastattelut.

## 6.2 Tutkimuksen luotettavuus

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa validiteetilla viitataan siihen miten hyvän vastauksen tutkimusmenetelmä antaa tutkimuskysymykseen. Validiteettia pohdittaessa kysytään onko tutkimuksen tulos oikea ja vastaako se todellisuutta. Validiteetti on tutkimussuunnitelman arvioinnin kriteeri. (Field - Morse 1985: 132-133.)

Ryhmähaastattelun validiteettia pidetään hyvänä, kun ryhmähaastattelua käytetään siihen soveltuviissa ja tarkoin valituissa tutkimusaiheissa. Tutkijan tulee osoittaa, että juuri ryhmähaastattelua käyttämällä ja siihen valitulla otannalla voidaan vastata tutkimusky-

symykseen. Validiteetti riippuu pitkälti tutkijan ja ryhmän sitoutumisesta tutkimukseen. Tutkimuksen validiteettia voitaisiin parantaa järjestämällä jälkikeskustelu ryhmän jäsenille haastattelutilanteen jälkeen. Keskustelussa haastateltavat voisivat itse arvioida keskustelun antamaa kuvaa tilanteesta. (Pötsönen - Välimaa 1998: 13-14.)

Tutkimuksen puitteissa meillä ei ollut resursseja järjestää erillistä jälkihaastattelua, lisäksi haastateltujen intimiteettisuojaan takaamiseksi emme järjestäneet toista tapaamista. Jätimme kuitenkin keskustelun loppuun osallistujille aikaa kommentoida tutkimuksen herättämiä tuntemuksia. Haastatteluiden päätyttyä haastatteluihin osallistuneet opiskelijat ilmaisivat tyytyväisyytensä haastattelujen antamasta mahdollisuudesta kertoa mielipiteitään ja kokemuksiaan. Lisäksi haastatteluiden jälkeen moni haastatelluista jäi hetkeksi kahvittelemaan kanssamme.

Ryhmähaastattelussa validiteettiin vaikuttaa myös se, että tutkija voi tarkentaa kysymyksiä suoraan haastattelutilanteessa. Haastattelijalla on myös mahdollisuus tarkentaa tutkittavien antamia vastauksia. (Pötsönen - Välimaa 1998: 14.) Haastattelututkimusta tehtäessä tutkimuksen laadukkuutta tulisi tarkkailla tutkimuksen eri vaiheissa. Hyvä haastattelurunko on oleellinen osa tutkimuksen hyvän laadun varmistamisessa. Tutkijan tulisi miettiä etukäteen miten tutkimusaiheita tulisi syventää. Jos haastattelijoita on useampia, tulisi tarkistaa että kaikki haastattelijat ymmärtävät haastattelurungon sisällön. (Hirsjärvi - Hurme 2000: 184.)

Haastattelurungon hyvää laatua varmistivat meidän lisäksemme opinnäytetyöryhmämme ohjaaja, opponoijat ja tutkimukselle osoitettu ohjausryhmä. Koska kaikki ryhmämme jäsenet olivat mukana haastattelurungon luomisessa erillistä koulutusta haastattelujen sisällöstä ei tarvinnut antaa. Näin ollen haastattelujen teemat ja sisältö tulivat ymmärretyiksi.

Haastatteluvaiheessa laatua voidaan parantaa huolehtimalla, että tekninen välineistö on kunnossa ja tallentamiseen tarvittavaa välineistöä, esim. filminauhoja, on tarpeeksi. Haastattelua päätettäessä haastattelijan tulee tarkistaa, että haastattelurunko on käyty läpi ja olisiko jotain asioita vielä tarkennettava. (Hirsjärvi - Hurme 2000: 184.)

Haastattelupäiväkirjan pito parantaa tutkimuksen laadukkuutta. Siihen voidaan merkitä ne kysymykset jotka aiheuttivat vastaajille vaikeutta. Päiväkirjaan voidaan merkitä

huomioita haastateltavista ja heidän ympäristöstään helpottamaan myöhempää tutkimusaineiston tulkintaa. (Hirsjärvi - Hurme 2000: 184.) Tutkimuksen laadun varmistamiseksi ryhmämme piti haastattelujen ajan haastattelupäiväkirjaa, johon merkitsimme haastattelun aikana esiin tulleita asioita. Päiväkirjoihin tuli merkittyä lähinnä muutamia oleellisia eleitä ja ilmeitä sekä haastateltujen taustatiedot. Taustatietoina merkitsimme haastatelluista opiskelijoista sukupuolen, koulutusohjelman ja opintojen keston. Näitä käytimme varmenttaaksemme, että haastatellut opiskelijat kuuluvat valittuun kohderyhmään.

## 7 TUTKIMUSTULOKSET

### 7.1 Opiskelutilat

Haastateltavat kokivat Stadian tilojen olevan pääsääntöisesti toimivat. Hankalaksi haastatellut opiskelijat kokivat kuitenkin toimipistekohtaisten tilojen pienuuden. Varsinkin Agricolankadun haastatellut opiskelijat kokivat tilat riittämättömiksi. Esimerkiksi tarvittavia työskentelypaikkoja ei ollut riittävästi kurssin opiskelijaryhmien kokoon nähden.

*”... Aina joutuu silleen tekee kompromisseja. Puolet lähtee sitten himaan ja tekee sitten joskus toiste, ku on liian vähän tilaa. Se on tosi ikävää.”*

Bulevardin toimipistettä lukuun ottamatta haastatellut opiskelijat kokivat ongelmalliseksi siirtymisen tiloista toiseen kesken koulupäivän. Siirtymisille ei oltu useimmiten varattu tarpeeksi aikaa, ja ne sijoittuivat usein opiskelijoiden ruokatauon päälle. Tämä koettiin stressaavaksi. Haastatellut opiskelijat kokivat turhaksi siirtää isoa opiskelijaryhmää toimipisteestä toiseen, kun ryhmän sijasta opettaja olisi voinut siirtyä. Bulevardin toimipisteen haastatellut opiskelijat olivat tyytyväisiä tilajärjestelyihin, koska heidän opiskelunsa oli järjestetty kiinteämmin yhdessä toimipisteessä ilman siirtymisiä. Sofianlehdon toimipisteen haastatellut opiskelijat olivat tyytyväisiä omiin tiloihinsa.

Tukholmankadun opiskelijat olivat haastatelluista tyytymättömiä koulun tiloihin, ne koettiin liian ahtaiksi ja vanhanaikaisiksi. Esimerkiksi luentojen seuraamista pidettiin vaikeana pitkissä luokissa. Jatkuva remontista aiheutuva meteli ja pöly häiritsivät opetuksen seuraamista. Myös ilmanvaihto koettiin riittämättömäksi. Näillä tekijöillä oli

haastateltujen opiskelijoiden mukaan suora vaikutus heidän hyvinvointiinsa ja opiskelumotivaatioonsa.

*” Näis luokis on tosi huono ilma... Välil on ihan sairaan kuuma ja tulee ihan sairaan huono olo ”*

Tukholmankadulla erityisen hankaliksi koettiin riittämättömät ruokailutilat ja se, ettei ruokataukoja ole yrityksistä huolimatta saatu porrastettua tarpeeksi. Suurimman osan ruokatauostaan haastatellut opiskelijat kokivat kuluvan turhaan jonottamiseen.

## 7.2 Terveyspalvelut

Terveyspalvelut on järjestetty haastateltujen opiskelijoiden mielestä Stadiassa kohtuullisesti. Kaikissa toimipisteissä haastatellut opiskelijat olivat osallistuneet terveydenhoitajien pitämiin alkuinfoihin Stadian terveydenhuoltopalveluista. Haastatellut opiskelijat uskoivat tietävänsä, mistä saavat tarvittaessa terveydenhoitajaan yhteyden. Kaikissa toimipisteissä haastatellut opiskelijat olivat tietoisia myös Stadiassa toimivasta opintopsykologista, mutta kukaan haastatelluista ei ollut henkilökohtaisesti hänen palveluitaan käyttänyt. Mahdollisuutta opintopsykologin tapaamiseen pidettiin silti positiivisena asiana. Kuitenkin muut terveydenhuoltopalvelut koettiin riittämättömiksi. Hammaslääkäripalveluja kaivattiin ja lääkäriajan saaminen koettiin vaikeaksi. Ylioppilaiden terveydenhuoltopalvelujen kaltaista kattavaa tarjontaa kadeldettiin.

*” Täällä ku haluut vaan sen lääkäriajan ni sua haastatellaan siel terveydenhoitajalla puol tuntii... Ja sit se aika menee parin viikon päähän jos sitä siis ees saa...”*

Haastatteluun osallistuneista opiskelijoista kaikkein tyytyväisimpiä terveyspalveluiden järjestämiseen olivat ne opiskelijat, joiden päätoimisessa opiskelutoimipisteessä ei ollut järjestetty vakinaisia terveydenhoitopalveluita. Esimerkiksi Agricolankadun toimipisteen opiskelijoiden terveydenhoitajan vastaanotto oli järjestetty läheisellä terveystasemalla. Terveydenhoitaja oli pitänyt yhteyttä Agricolankadun haastateltuihin opiskelijoihin henkilökohtaisesti, ja tämän he kokivat erityisen hyväksi asiaksi. Terveydenhoitajan pitämä hyvinvointikysely ja huolenpito koettiin merkitykselliseksi opiskeluhyvinvoinnin kannalta.

*”...Sinne (terveydenhoitajalle) on kyl mun mielestä ihan helppo päästä... Se on oikeen toivonut et menis käymään”*

*”Varsinkin silloin kun oli se kauhee ahistus päällä ja semmosta et kaikki painaa päälle... terveydenhoitaja tuli juttelemaan, ni sit oli sillee et Jes! joku välittää...”*

### 7.3 Mahdollisuus vaikuttaa

Haastatellut opiskelijat kokivat vaikutusmahdollisuutensa Stadiassa huonoiksi. Erityisesti palautteen antaminen ja saaminen koettiin riittämättömiksi, eivätkä haastatellut opiskelijat tienneet, mihin palautetta voi halutessaan antaa. Monet haastatelluista opiskelijoista kokivat ilmapiirin palautteen antamiselle tukahduttavaksi, negatiivisen palautteen antaminen saattoi johtaa jopa uhkailuun opettajien taholta.

*”Aika vähän voi vaikuttaa.. mutta kyl se et en mä kyl niin hirveen aktiivinenkaan oo ollu. Mutta en mä tiedä onko se siitä ilmapiiristä kiinni, vai tota mistä sitte, tai siis tarkoitan et semmosta ei siis luoda.”*

*”Opettaja tivasi meiltä kaikilta et kuka sen palautteen oli laittanut ja me ei tietty ja osa tiesi, mut ei antanut ilmi sitä... Ni se oli silleen et tästä tulee teille kaikille yksi ylimääräinen etätehtävä. Et se oli vähän niinku rangaistus siitä ja se myönsi sen suoraan et rangaistus se on...”*

*”Mulle koulutusjohtaja sano ihan suoraan että turpa kiinni... Että sulle tulee tästä ongelmia jos kyselet enemmän.”*

Haastatellut opiskelijat kokivat opetussuunnitelmat jäykiksi ja mahdollisuutensa vaikuttaa omilla valinnoillaan omiin opintoihinsa huonoiksi. Opetussuunnitelmasta poikkeaminen koettiin vaikeaksi. Haastatellut opiskelijat toivoivat erityisesti lisää valinnan mahdollisuuksia opintoihinsa, muun muassa vapaasti valittavien opintojen toivottiin koostuvan enemmän opiskelijoiden mielenkiinnon mukaan eikä ns. ”välttämättömistä kursseista”. Osa haastatelluista opiskelijoista oli joutunut käyttämään suuren osan vapaasti valittavista opintopisteistään erilaisiin valmentaviin kursseihin, jotka eivät välttämättä liittyneet heidän omiin mielenkiinnon kohteisiinsa.

*”Mulle tulee koko ajan tällästä kommenttia mun tutor-opettajalta ja aika monelta muultakin maikalta että sinun täytyy nyt vaan mennä tämän junan mukana... Sinä voit poistua tästä asemilla, mutta muuten sun täytyy tehdä ihan niinkun kaikki muutkin.”*



*”Kun sitä kielitaitoo ei oo kaikilla ni joutuu käymään sen valmentavan valmentavan ja sit sen valmentavan ni sitten siihen menee jo se kuusi (opintopistettä)... jos käy molemmista kielistä (ruotsi ja englanti) sen ni siihen menee jo kakstoista pistettä... sit ku käy sen kemian ni siinä onkin menny ne valinnaiset viistoista.”*

Haastatellut opiskelijat kokivat hyväksi joidenkin opettajien tarjoaman mahdollisuuden antaa palautetta opintojaksosta kurssin päättyessä kirjallisena opettajalle. Haastatellut halusivat antaa palautetta opintojaksoista siksi, ettei seuraava samaa opintojaksoa käyvä ryhmä kohtaisi samoja ongelmia.

*”Jos mä valitan nyt jostain jutusta ni se on multa ohi jo, mutta siinä jutussa mättää niin moni, että haluis että se on sille seuraavalle parempi... Eihän sellanen ihminen, jolla ei oo vielä ollu sitä kurssia voi tietää mitä kaikkia karikoita siellä on.”*

#### 7.4 Opetuksen laatu

Opetuksen laatu koettiin haastateltavien keskuudessa vaihtelevaksi. Tärkeänä pidettiin opettajien henkilökohtaista kiinnostusta aiheeseen. Opettajien tietojen ei koettu olevan aina ajan tasalla, toisaalta löytyi myös opettajia, jotka tunsivat oman aiheensa perin pohjin ja olivat siksi innostavia. Haastateltavat toivoivat opettajilta entistä enemmän ymmärrystä, läsnäoloa ja konkreettista käytännön opettamista.

*”No opettajan pitäis olla konkreettisesti sillä lailla läsnä et kiinnostais teitä. Ei kaikkia opettajia osaa, ehi ja jaksaa kiinnostaa.”*

*”Toiset opettajat on sellasia, ettei niillä oo minkäänlaista hankaluutta. He ymmärtää että he on täällä opiskelijoita varten. On niin henkeen ja vereen oman alansa ammattilaisia ja asiantuntijoita.”*

Haastatellut kokivat kirjallisia tehtäviä olevan liikaa suhteessa käytännön opetukseen. Varsinkin haastatellut Bulevardin opiskelijat toivoivat enemmän yhteisiä työpajoja, joissa olisi voinut yhdessä ratkoa tehtäviä jonkun opastuksella. Hankalaksi haastatellut kokivat, ettei koskaan etukäteen voi tietää, paljonko työtä kurssilta vaaditaan, samat opintopisteet ansaitakseen saattoi joutua tekemään eri määrän töitä opettajasta riippuen. Tukholmankadun haastateltavat toivoivat enemmän käytännön laboraatioita ja vähemmän teoriaa ja tutkimustyötä.

*”Se mikä auttais noissa kotitöissä ja muissa, että enemmän tehtäis koulussa ja ryhmätöitä, tai se jollain tavalla ehkä vois auttaa. Ettei jätettäis kaikkea opiskelijoille ittelleen iltatekemisiksi. Et tehkää, tehkää vaan... Ja tehtäviä vaan satelee”*

*”... Voisko vähän etukäteen neuvotella et mitä vaatii hyväksytty suoritus (kurssista)... Jollain maikal riittää et käyt kokees ja kirjatat siihen jotain, ni saat ykkösen. Mut jotkut taas sit vaatii ihan älyttömiä et saat ees sen hyväksytyn.”*

*”Motivaatiota syö noi kirjalliset tehtävät, et tuntuu et täältä valmistuu sairaanhoitajia kirjekurssilta.”*

Opetussuunnitelmissa oli haastateltavien mukaan paljon toivomisen varaa. Ongelmaksi koettiin kaikissa haastatteluissa kurssien epätasainen jakautuminen lukuvuoden aikana. Saattoi olla, että opintojaksoja oli kerralla käynnissä liikaa, välillä taasen ei juuri lainkaan. Rärkeimmillään kahdella haastatellulla opintopisteet eivät riittäneet Kelan tukiin, koska opetusta ei oltu järjestetty tarpeeksi. Tämä aiheutti heidän mukaansa taloudellisia ongelmia ja tarpeetonta ahdistusta ja stressiä. Ongelmallisiksi haastateltavat näkivät tuntiperuutukset ja lukujärjestysmuutokset lyhyellä aikavälillä. Edellä mainitut koettiin ongelmiksi lähinnä kulttuuri- ja palvelualan sekä sosiaali- ja terveysalan haastateltujen opiskelijoiden keskuudessa. Kaikki haastatellut toivoivat isompia opintokokonaisuuksia ja loogisempaa kurssijärjestystä. Opiskelujärjestelyiden puutteet vaikuttivat kaikkien haastateltujen opiskelijoiden hyvinvointiin ja motivaatioon negatiivisesti.

*”Mut se on ihan järjetön määrä, et syksyllä oli muutama päivä koulua viikossa ja joulun jälkeen muuttu sitten silleen että oli ihan törkeästi kaikkea.”*

*”... No kun ensin nyt saatais sellanen vedenpitävä opetussuunnitelma. Siitä vois alottaa. Et sen sais käteensä ja siihen vois luottaa sillä tavalla, että tietäis et se on paikkansa pitävä.”*

*”Perusasiatkin on ihan hakusessa tässä meidän koulutusohjelman järjestelyissä ja muussa ja OPS:it ja kaikki lukkarit vaihtuu vaikka kahden päivän varoitusajalla. Ni mitenkä sä sitte järjestät elämän?”*

Haastatellut opiskelijat kertoivat saaneensa Stadiasta ja sen koulutusohjelmista ennakkomainonnan perusteella mielestään todellista paremman kuvan. Useimmat haastatellut opiskelijat sanoivat haastatteluissa, etteivät suosittelisi omaa koulutusohjelmaansa Sta-

diassa muille. Haastatellut opiskelijat pitivät Stadiaa kuitenkin ylipäättään hyvänä kouluna.

*”Varmaan suosittelisin Stadiaa yleisesti mut ehkä tätä meidän koulutusohjelmaa ni en (pyörittää päätään)”*

## 7.5 Mielekkyys

Eri opintoalojen haastatellut kokivat erilaiset asiat mielekkäiksi opiskelussaan. Sosiaali- ja terveystieteiden haastatellut opiskelijat olisivat kokeneet mielekkäämmäksi opiskella enemmän käytännön kädentaitoja ja lääketieteellisiä aineita turhaksi koettujen tutkimus- tieteellisten ja filosofisten opintojaksojen sijasta. Nämä haastatellut kokivat saavansa enemmän hyötyä työelämäänsä käytännön työhön suoraan liittyvästä opetuksesta. Aiemman sosiaali- ja terveystieteiden tutkinnon suorittaneet haastatellut opiskelijat kritisoivat kuitenkin erityisesti opintojen alkuvaiheessa olleita pakollisia osaamisnäyttöjä kädentaidoissaan. Heistä ei ollut mielekästä joutua todistamaan perustaitojaan toimittuaan ammatissa jo muutaman vuoden. Haastatellut palvelualojen opiskelijat olisivat sen sijaan kokeneet mielekkääksi teorianäyttöjen määrän lisäämisen opetuksessaan.

Myös haastateltujen opiskelijoiden henkilökohtaisella kiinnostuksella oli vaikutusta siihen miten he motivoituivat suorittamaan opintojaan. Osa haastatelluista opiskelijoista toi esiin, että opintojaksot, joita he eivät pitäneet mielekkäinä pyrittiin suorittamaan vähäisemmällä työmäärällä. Näissä opintojaksoissa arvosanalla ei ollut haastatelluille opiskelijoille niin suurta merkitystä kuin heidän tärkeiksi kokemissaan opintojaksoissa.

*”...ni ei sitä niinku vois vähempää kiinnostaa et ne sit rämpiä sillä ykkösellä läpi ne kaikki kurssit ja sitten niinku jossain tämmösissä vähän luovemmissa ni siellä on sitten niitä parempia numeroita.”*

## 7.6 Ihmissuhteet

Ihmissuhteiden merkitys opiskelijoiden hyvinvointiin on haastateltujen mukaan erittäin oleellinen. Ihmissuhteet koettiin voimaannuttaviksi ja opiskelumotivaatiota sekä hyvinvointia tukeviksi. Sekä koulun sisäisillä että henkilökohtaisilla ihmissuhteilla koettiin olevan oma merkityksensä hyvinvoinnille. Ihmissuhteilla oli haastateltujen opiskelijoi-

den mukaan kuitenkin myös kääntöpuolensa, jos omassa elämässä oli ongelmia, heijastui se väistämättä myös koulutyöskentelyyn.

*”Nehän (koulun ulkopuoliset ihmissuhteet) on se syy miks on tähän kouluun hakenut. Aika monet hakee sinne missä on perhe ja ystävät.”*

*”Jos on yksityiselämäs jotain huonoi asioit käynnissä... sit tota motivatiota se heikentää ja kaikkee tollasta...”*

Opiskelijoiden välinen ryhmässä muodostunut ”me-henki” koettiin haastateltujen opiskelijoiden mukaan turvalliseksi, tukea antavaksi ja eteenpäin vieväksi voimavaraksi. Kun koulutyö tuntui raskaalta, haastatellut opiskelijat saivat tukea toisiltaan. Opintoryhmästä oli muodostunut monille eräänlainen tukiverkko, joka välitti tietoa toisilleen esimerkiksi tuntuutoksista ja tehtävistä. Haastatellut opiskelijat kertoivat viettävänsä aikaa opiskelutovereidensa kanssa myös koulun ulkopuolella. Saman kokeneille opiskelukavereille on haastateltujen mukaan helppo purkaa tuntojaan ja lievittää siten koulunkäynnin aiheuttamaa stressiä sekä ahdistusta.

*”Mun alkuperäinen ryhmä oli se joka sai pysymään täällä. Yhdessä me siten hampaita kiristeltiin ja koitettiin vaan kestää... Yhteinen vihollinen yhdistää”*

*”Koulukaverit on minulle ainakin hyvinkin iso voimavara... Onhan sen huomannut niinku itekkin että just jos kaverit on koulussa, niin sinne jaksaa mennä...”*

*”Kyllä tossa toi luokkayhteisö yks positiivinen asia usein on. et on joku joka tietää mitä se on... luodaan vähän sitä me-henkeä ku ei mennä siihen yliopistotasoon et siel on kakssataa oppilasta jossain auditoriossa.”*

## 7.7 Arvostus

Arvostus nousi haastatteluissa esille lähinnä opiskelijoiden kunnioituksena tulevaa ammattiaan kohtaan. Haastatellut arvostivat tutkinnon tuomia mahdollisuuksia tulevaa työuraansa ajatellen, ja tämä motivoi heitä pyrkimään eteenpäin opinnoissaan. Haastatellut opiskelijat toivoivat opettajilta lisää arvostusta omaa opiskelutyöpanostaan ja vapaa-aikaansa kohtaan. Sosiaali- ja terveystieteiden haastateltujen opiskelijoiden mielestä opettajien arvostus heitä kohtaan näkyi usein vasta syventävien opintojen vaiheessa.

*”Jokaisella meistä on ollu se motivaatio, ei oltais muuten tänne tultu. Ainakin mun kohdalla ei se ammatin arvostus oo mihinkään kadonnu, että edelleen haluan tähän ammattiin.”*

## 7.8 Terveys ja hyvinvointi

Haastatellut opiskelijat kokivat fyysisen terveytensä pääsääntöisesti hyväksi. Opiskelupaineet kuitenkin aiheuttivat useimmille ajoittaista stressiä ja psyykkistä kuormitusta. Pelkkä työmäärä ei ollut yksin syyllinen haastateltujen opiskelijoiden stressiin vaan myös vaillaisten opetusjärjestelyiden koettiin usein ahdistavan. Haastatellut opiskelijat kokivat epäsäännöllisten elämäntapojen vaikuttavan heidän terveyteensä ja hyvinvointiinsa negatiivisesti. Stressi koettiin haastateltujen keskuudessa sekä fyysisinä että psyykkisinä oireina. Haastatellut mainitsivat oireina muun muassa vatsavaivat, mielialan vaihtelut ja päänsäryn. Koulutöiden koettiin vievän liikaa aikaa omalta elämältä ja pahimmillaan niiden takia ei jäänyt tarpeeksi aikaa nukkua. Haastatellut sanoivat liian vähäisen unen määrän aiheuttavan keskittymisvaikeuksia ja ärtyisyyttä.

*”Mul ainaki päätä särki keväällä jatkuvasti, ku ei vaan ois enää jaksanu.”*

*”Kausittain tulee nukuttua, yhteen aikaan tuli puoli kolmeen asti tai kolmeen valvottua koulujuttujen kanssa ja seitemältä ylös, että... (kohauttaa olkapäitään) Ei siinä nyt kauheesti jää nukkumiselle aikaa.”*

*”... sitä ottaa sitten jossain vaiheessa takasin, mutta ei se sit ole sama asia kuitenkaan jos nukut viisi tuntia koko viikon ja viikonloppuna sit kelon ympäri...”*

Hyvinvointiaan haastatellut opiskelijat kertoivat ylläpitävänsä liikunnan ja ihmissuhteiden avulla. Ystävyysuhteet ja harrastukset koettiin stressiä lievittäviksi tekijöiksi. Fyysisen kunnon ylläpito auttoi haastateltuja pysymään virkeämpinä. Liikuntaharrastukset koettiin tärkeiksi, mutta harva haastateltavista oli käyttänyt HAMOK ry:n opiskelijoille tarjoamia liikuntapalveluja. Liikuntapalveluista toivottiin selkeämpää ilmoittelua ja laajempaa kirjoa.

Haastateltujen sosiaali- ja terveysalan opiskelijoiden mielestä suuri epäkohta on, etteivät he saa sairastaa rauhassa. Haastatellut kertoivat sairauspoissaoloista seuraavan rangaistuksenomaisia tehtäviä tai jopa kurssin hylkäämisiä. Käytännössä haastatellut opiskelijat kokivat joutuvansa menemään sekä kouluun että harjoittelupaikkoihinsa sairaana olles-

saankin. Sairauspoissaoloista määrättyjen kirjallisten ym. korvaavien tehtävien ei koettu olevan missään suhteessa poissaolon aikaiseen työmäärään. Tällaisia ongelmia ei nous-  
sut esiin muilla toimialoilla opiskelevien haastatteluissa.

*”Mieluummin sinne menee vaikka siinä kuumeessa, kun tuntuu etteivät ne  
lisätehtävät vastaa ollenkaan sitä tuntimäärää, jonka sä oot ollu poissa.”*

## 8 TULOSTEN TARKASTELUA

### 8.1 Yhteenveto keskeisistä tuloksista

Tutkimuksemme tukee osaltaan aikaisempia nuoria opiskelijoita käsitteleviä hyvinvoin-  
ti-, terveys- ja motivaatiotutkimuksia. Haastattelemamme opiskelijat nostivat esiin mo-  
nia hyvinvointiinsa, terveyteensä ja motivaatioonsa liittyviä seikkoja, joita jo aiemmin  
tehdyt, tarkastelemamme tutkimukset ovat pitäneet merkittävinä.

Tutkimuksemme mukaan haastateltujen Stadian opiskelijoiden hyvinvointiin ja opiske-  
lumotivaatioon vaikuttavat useat eri tekijät. Opiskelutilat haastatellut opiskelijat koki-  
vat pääsääntöisesti toimiviksi, mutta niiden puutteet saattoivat vaikuttaa negatiivisesti  
opiskelumotivaatioon sekä hyvinvointiin ja terveyteen.

Haastatellut opiskelijat kokivat vaikutusmahdollisuutensa Stadiassa huonoiksi. Opetus-  
suunnitelmien ja - järjestelyiden ongelmilla oli suora vaikutus haastateltujen opiskeli-  
joiden motivoitumiseen. Opetuksen laadun ja opetussuunnitelmien kehittämisellä olisi  
haastateltujen opiskelijoiden mielestä positiivinen vaikutus heidän opiskelumotivaati-  
oonsa ja hyvinvointiinsa. Koulun sisäisillä ja ulkoisilla ihmissuhteilla oli suuri merkitys  
haastateltujen opiskelijoiden hyvinvointiin ja motivaatioon. Tulevan ammatin arvostus  
lisäsi haastattelijien perusteella opiskelumotivaatiota.

Terveyspalveluilla oli positiivinen merkitys niiden haastateltujen opiskelijoiden hyvin-  
vointiin, joihin terveydenhoitaja oli henkilökohtaisesti pitänyt yhteyttä. Muut haastatel-  
lut opiskelijat eivät kokeneet terveyspalveluilla olevan tarpeeksi resursseja nykyisessä  
muodossaan vaikuttaakseen oleellisesti heidän hyvinvointiinsa. Hyvinvointia haastatel-  
lut opiskelijat ylläpitivät muun muassa liikunnan ja ihmissuhteiden avulla.

## 8.2 Kokemukset motivaatiosta

Nevgin (1998) ja Rainessalon (1997) tutkimusten perusteella odotuksilla ja koetuilla ristiriidoilla saattaa olla vaikutusta opiskelijoiden opiskelumotivaatioon ja tätä myöten heidän valmistumiseensa. Aineistostamme kävi ilmi muun muassa, että useiden haastateltujen opiskelijoiden ennakko-odotusten ja opiskelukokemuksien välillä oli ollut selkeä ristiriita, joka oli osaltaan vaikuttanut heidän opiskelumotivaatioonsa. Stadian ennakkomainonta ja hyvä maine olivat vetäneet haastateltuja opiskelijoita opiskelemaan Stadiaan ja luoneet koulutuksesta todellisuutta ruusuisemman kuvan. Haastatellut opiskelijat eivät kuitenkaan omien opiskelukokemustensa vuoksi pitäneet Stadiaa enää niin houkuttelevana kouluna kuin sinne hakiessaan ja epäilivät, etteivät tulisi jatkossa suosittelemaan omaa koulutusohjelmaansa Stadiassa lähipiirilleen. Haastatellut kokivat kuitenkin, että opinnoissaan vastaan tulleet ongelmat koskivat lähinnä heidän omaa koulutusohjelmaansa Stadiassa ja pitivät Stadiaa ylipäätään on hyvänä kouluna.

Tutkimuksemme perusteella opiskelumotivaatioon positiivisesti vaikuttavia tekijöitä olivat haastateltujen tuntema mielenkiinto alaa ja opiskelun tarjoamaa tietoa kohtaan. Osa haastatelluistamme toi silti esiin myös epäilyksiään uravalinnastaan. Tämä vaikutti näiden opiskelijoiden opiskelumotivaatioon negatiivisesti. Myös Nevgin (1998) tutkimuksessa epävarmuus uravalinnasta oli yksi negatiivisesti opiskelumotivaatioon ja opintojen etenemiseen vaikuttaneista tekijöistä. Itsensä toteuttamisen tarve ja arvot ovat sekä Maslow'n tarvehierarkian että Locken mallin mukaan toimintaan motivoivia tekijöitä (Metsämuuronen 1995: 67; Vilkkö-Riihelä 1999: 470).

Aikaisemmissa tutkimuksissa (Erola 2004; Ketola - Rinta-Lusa 2002; Konu 2002; Kunttu 2003; Nevgi 1998; Pohjamies-Molander - Siira 2004; Rainesalo 1997; Raveala 1997; Räikkönen 1997; Yrjänä 2005) on todettu opiskelujärjestelyillä kuten kurssijärjestelyillä, opettajien toiminnalla, ilmapiirillä ja opiskeluympäristöllä sekä ihmissuhteilla olevan laaja vaikutus opiskelijoiden hyvinvointiin ja motivoitumiseen. Edellä mainitut asiat tulivat esiin myös haastatteluissamme. Toimimattomat kurssijärjestelyt, kuten kurssi- ja tuntiperuutukset ja liian isot opetusryhmät koettiin ahdistaviksi. Osa haastatelluista oli tuntenut jopa ajoittaista välinpitämättömyyttä opintojaan kohtaan, koska he kokivat, ettei heitä arvostettu jatkuvien opintomuutosten tähden. Maslow'n tarvehierarkian (ks. kuvio 2) mukaan arvostuksen tarve on yksi ihmisen perustarpeista (Vilkkö-

Riihelä 1999: 470). Haastateltujen mielestä opiskeluilmapiiriin vaikutti oleellisesti opettajien toiminta ja ihmissuhteet. Opiskelijoiden keskeinen ”me-henki” koettiin suureksi voimavaraksi, jota opettajien toiminta parhaimmillaan tuki. Liittymisen ja läheisyyden tarpeet onkin huomioitu Locken motivaatiosekvenssissä ja Maslow’n tarvehierarkiassa (ks. kuvio 2). Opettajien läsnäolo fyysisellä ja henkisellä tasolla motivoi haastateltuja opiskelijoita eteenpäin opinnoissaan. Haastatellut opiskelijat toivoivatkin opettajilta nykyistä enemmän henkilökohtaista tukea ja palautetta. Ylipäättään vuorovaikutusta opiskeluympäristössä toivottiin kehitettävän enemmän, opiskelijat kaipaivat lisää mahdollisuuksia antaa rakentavaa kritiikkiä, kehitysehdotuksia ja palautetta suoraan opettajille.

### 8.3 Kokemukset hyvinvoinnista ja terveydestä

Ihmisen hyvinvointi on monimutkainen kokonaisuus, johon vaikuttavat sekä yksilön fyysinen että psyykinen terveys, ympäristö ja ihmissuhteet. Kunttu (2003) toteaa opiskelijahyvinvointia käsitelleessä artikkelissaan edellä mainittujen tekijöiden aiheuttavan hyvinvointia vähentävää stressiä. Haastatteluissamme moni opiskelija toi esille opiskelu ympäristön luomien paineiden ja ihmissuhteiden aiheuttaneen heille stressiä, joka näkyi fyysisinä ja psyykkisinä oireina. Tällaisia oireita olivat mm. väsymys, ahdistus, motivaation puute ja erilaiset säryt. Ihmissuhteiden todettiin olevan oiva väylä stressin purkamiseen, toisaalta stressiä aiheuttavat ongelmat saattoivat liittyä myös ihmissuhteisiin. Hankaluudet kotona ja koulussa olevissa ihmissuhteissa saattoivat stressata haastateltuja, mutta useimmat kokivat kuitenkin saavansa myös tukea opiskelutovereistaan, ystävistään ja läheisistään.

Aikaisempia opiskelijatutkimuksia (Erola 2004; Ketola - Rinta-Lusa 2002; Pohjamies-Molander - Siira 2004) mukaillen haastattelemamme opiskelijat kokivat fyysisen terveytensä pääsääntöisesti hyväksi. Yhtä lukuun ottamatta kaikki haastatellut uskoivat tietävänsä mitä terveydenhuoltopalveluita heille opiskelijoina lakisääteisesti kuului ja kuinka nämä palvelut tavoittaa. Haastattelumme perusteella palvelut tunnettiin huomattavasti paremmin kuin aikaisempien tutkimusten perusteella olisi voinut olettaa. Tämä saattoi kuitenkin johtua siitä, että suurin osa haastatelluista opiskelijoista ei ollut koskaan tarvinnut perusterveydenhuollon palveluja nykyisten opintojensa aikana. Erolan (2004) mukaan suuri osa ammattikorkeakouluopiskelijoista käyttääkin terveydenhuoltopalveluja erittäin vähän. Haastatellut olisivat toivoneet nykyistä laajempaa ja hel-



pommin tarjolla olevaa opiskelijaterveydenhuoltoa myös ammattikorkeakoulun puolelle. Tällä hetkellä useampi haastattelemistamme opiskelijoista kertoi käyttävänsä mieluummin oman terveysasemansa palveluita, koska niiden saatavuus on heidän mukaansa huomattavasti helpompaa.

Kun fysiologiset perustarpeet, joita ovat Maslow'n tarvehierarkian (ks. kuvio 2) mukaan muun muassa terveys, fyysinen kunto ja jaksaminen, ovat uhattuina vaarantaa se koko yksilön hyvinvoinnin. Psykkisen hyvinvoinnin vähentyessä sitoutuminen ja motivaatio vähenevät ja pahimmassa tapauksessa katoavat kokonaan (Henkilöstön kehittämisen opas 2006; Vilkkö-Riihelä 1999: 470-471). Psykkisten ongelmien ilmetessä haastatellut opiskelijat tiesivät Stadian tarjoavan opintopsykologipalveluja. Yksikään haastatelluista ei ollut kuitenkaan tavannut opintopsykologia henkilökohtaisesti, mutta pitivät tarjottua palvelua hyvänä asiana. Tutkimuksessamme haastateltujen mukaan psyykinen pahoinvointi saattoi ilmetä myös somaattisina oireina.

## 9 POHDINTA

Työn tekeminen oli kokonaisuudessaan haastava kokemus. Alkaessamme työstämään opinnäytetyötämme meidän oli löydettävä keskitie tilaajan toiveiden ja oppimistamme tukevan tiedon kokoamiseksi. Keskustelttuamme aiheen rajauksesta työn tilaajan ja ohjausryhmämme kanssa pääteemaksemme muotoutui opiskelijahyvinvointi, josta keskityimme lähinnä motivaatioon ja terveyteen liittyviin kokemuksiin. Laadullinen tutkimus on paljon käytetty metodi hoitotieteessä. Tutkimuksen tekeminen edisti ammatillista kasvuamme, koska se antoi meille valmiuksia tutkitun tiedon keräämiseen, käyttöön ja soveltamiseen tulevaisuudessa. Opimme myös arvioimaan kriittisesti saamaamme tietoa ja toimimaan joustavasti osana tiimiä. Tutkimuksen tekeminen antoi meille myös henkilökohtaisesti paljon mielenkiintoista tietoa opiskelusta ja motivaatiosta, sekä opiskelijoiden kokemuksista niihin liittyen. Henkilökohtaisten kokemusten tutkiminen oli mielestämme hyvin mielenkiintoista ja antaa paljon hyödyllistä ja monitahoista tietoa opiskelijoiden tämänhetkisistä mielteistä kehitystyön tueksi. Ryhmähaastattelujemme perusteella saimme paljon hyvää aineistoa, joka tukee aikaisempia tutkimuksia aiheesta.

Opinnäytetyöprosessimme aikana olemme pohtineet monia tutkimuksen tekoon liittyviä eettisiä kysymyksiä. Pidimme työtä tehdessämme erittäin tärkeänä keskustella toiminta-

tavoistamme ja vastuustamme tutkijoina. Pyrimme erityisesti varmistamaan haastateltujen opiskelijoiden anonyymiuden. Analyysissa kiinnitimme erityistä huomiota siihen, ettemme käyttäisi liikaa omaa tulkintaa, vaan että haastateltujen opiskelijoiden ääni kuuluisi tekstissämme. Deduktiivinen sisällön analyysi on kuitenkin väistämättä myös tutkijan omaa tulkintaa keräämästään aineistosta, koska tämä valitsee mitkä asiat aineistosta kuuluvat mihinkin analyysirungon kategoriaan. Pyrimme välttämään yksittäisen ihmisen tulkintaa työstämällä analyysiamme yhdessä.

Haastattelujen järjestäminen ja haastateltavien rekrytointi oli oletettua hankalampaa, tähän osasyynä saattoi olla loppukevääseen sijoittunut haastatteluajankohta, joka ei ilmeisesti lisännyt motivaatiota osallistua haastatteluihin. Onnistuimme kuitenkin värväämään tutkimuksemme kannalta sopivat kolme haastatteluryhmää, jotka toivat meille paljon tärkeää tietoa. Mielestämme materiaalista näkyy, että tässä vaiheessa lukuvuotta opiskelijat olivat jo väsyneitä koulutyöhön. Yllätyimme haastateltujen opiskelijoiden avoimuudesta haastattelutilanteissa, sillä he keskustelivat rohkeasti hankalista henkilökohtaisistakin asioista. Keskustelu oli kaikissa kolmessa haastattelussa vilkasta, emmekä juurikaan joutuneet puuttumaan haastattelujen kulkuun muutoin kuin yksittäisillä tarkentavilla kysymyksillä. Tästä huolimatta samankaltaiset aiheet nousivat esille jokaisella haastattelukerralla.

Saimme vastauksia tutkimustehtäviimme. Haastateltujen opiskelijoiden hyvinvointiin ja motivaatioon vaikuttivat pitkälti samat tekijät, joita jo aiemmat aiheisiin liittyvät tutkimustulokset ovat nostaneet esiin. Kuten oletimme, tällaisia tekijöitä olivat muun muassa opiskelujärjestelyt, ilmapiiri, ihmissuhteet ja terveys. Terveyspalveluista kysyessämme yllättävää oli, että ne haastatellut opiskelijat, joille ei oltu järjestetty terveyspalveluja omassa opiskelutoimipisteessään olivat tyytyväisimpiä palveluiden järjestämiseen. Nämä opiskelijat kokivat saaneensa eniten henkilökohtaista tukea ja läsnäoloa terveydenhoitajan taholta, ja heidän kohdallaan tällä olikin ollut suora vaikutus hyvinvointiin. Muissa haastatteluissa koulun järjestämien terveyspalvelujen merkitys ei noussut yhtä vahvasti esiin.

Terveyspalvelujen kehittäminen ammattikorkeakoulussa on mielestämme tutkimuksemme perusteella vielä tarpeellista. Vaikka haastatellut olivat oletettua paremmin tietoisia opiskelijoille kuuluvista terveyspalveluista, kokivat he helpommaksi hakeutua omalle terveysasemalleen ongelmien ilmetessä. Mielestämme tämä kuormittaa tarpeet-

tomasti terveystieteitä asioilla, jotka voitaisiin järjestää esimerkiksi palvelujen paremmalla saatavuudella oppilaitoksissa. Lisäksi olisi hyödyllistä tutkia tarkemmin myös miten terveydenhoitaja voi omalla toiminnallaan tukea opiskelijan ja opiskeluryhmien hyvinvointia. Myös tutor-opettajien toimintaa opiskelijaryhmänsä hyvinvoinnin ylläpitäjänä tulisi kehittää. Tutor-opettaja voisi mielestämme toimia aktiivisesti tutorryhmänsä puolesta puhujana ja tukijana. Täten hän pystyisi vaikeissa tilanteissa konsultoimaan esimerkiksi opintopsykologia tai terveydenhoitajaa ryhmänsä avuksi.

Opetusjärjestelyihin tulisi haastattelujen perusteella kiinnittää entistä enemmän huomiota. Mielestämme hälyttävää oli, että kaikki haastatellut kokivat opetusjärjestelyissä olevan runsaasti erilaisia ongelmia. Suurimmiksi ongelmiksi haastatteluissa nousivat tila- ja aikatauluongelmat, opintosuunnitelmien puutteet sekä vaikutusmahdollisuuksien vähyys. Haastatellut opiskelijat olisivat toivoneet enemmän mahdollisuuksia henkilökohtaisen palautteen antamiseksi ja saamiseksi. Tällä hetkellä jo käytössä olevia palautteenantokanavia tulisi tehdä tunnetummiksi. Säännöllinen palautteenvaihto opettajien ja opiskelijoiden välillä auttaisi kehittämään opintojaksoja vastaamaan koulutuksen tarpeita. Näin voitaisiin auttaa myös opiskelijoita tunnistamaan omia kehityshaasteitaan. Opiskelijoita kuulemalla voitaisiin saada uutta näkökulmaa ongelmien ratkaisuun. Pitäisimmekin tärkeänä, että opiskelijoita otettaisiin enemmän mukaan päätöksentekoon kehitettäessä opetussuunnitelmia ja opetustiloja. Näin voitaisiin parantaa opiskelijoiden motivaatiota ja hyvinvointia sekä kehittää koulutusohjelmia ja opiskeluolosuhteita opiskelija-myönteisempään suuntaan.

Laadullinen opiskelijahyvinvointitutkimus laajentaa mielestämme hyvin määrällisestä tutkimuksesta saatavaa tietoa. Tällaisen tutkimuksen tekeminen on mielestämme jatkossakin perusteltua. Mahdollisia tulevia opinnäytetyöryhmiä ajatellen suosittelomme kuitenkin rajaamaan aiheen tarkemmin pienempään aihekokonaisuuteen, jolloin saatu tieto voisi olla syvällisempää. Mielestämme hyvinvointityöryhmän kanssa käymämme keskustelut tukivat työmme toteuttamista. Pitäisimme kuitenkin tärkeänä, että opinnäytetyötä ohjaava opettaja osallistuisi myös näihin yhteistyötahon kanssa käytyihin ohjaustapaamisiin. Näin voitaisiin välttyä esimerkiksi joiltakin aiheen rajaukseen liittyviltä vaikeuksilta. Opiskelijahyvinvointiin ja motivaatioon liittyvän tiedon kokoaminen tulevaisuudessa olisi mielekästä toteuttaa esimerkiksi projektin muodossa terveydenhoitaja- tai sosionomiopiskelijoiden toimesta. Jatkossa näemme tärkeäksi kartoittaa tässäkin tutkimuksessa ilmi tulleita opiskelijoiden hyvinvointiin liittyviä asioita ja niiden kehit-

tymistä, jotta mahdollisiin ongelmiin voitaisiin tehokkaammin puuttua. Mahdollisia jatkotutkimusaiheita voisivat mielestämme olla esimerkiksi opiskelijoiden kokemat vaikutusmahdollisuudet opintojärjestelyihinsä, opiskelijaterveyspalveluiden toimivuus ja Stadian opetuksen laatu.

Lopuksi haluamme vielä kiittää ohjausryhmäämme ja kaikkia haastatteluihimme osallistuneita opiskelijoita, jotka avoimilla ja rohkeilla kommentteillaan antoivat työllemme merkityksen.

## LÄHTEET

- Alastalo, Merja 2005: Tutkimushaastattelun historia yhteiskuntatieteissä. Teoksessa Ruusuvuori, Johanna - Tiittula, Liisa (toim.): Haastattelu. tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Tampere: Vastapaino. 57-77.
- Erola, Hanna 2004: Ammattikorkeakouluopiskelijoiden hyvinvointi 2004. Selvityksiä 2004:16. Helsinki: Edita Prima Oy.
- Eskola, Jari - Suoranta, Juha 1999: Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Jyväskylä: Gummerus.
- Eskola, Jari - Suoranta, Juha 2000: Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.
- Field, Peggy Anne - Morse, Janice M. 1985: Hoitotyön kvalitatiivinen tutkimus. Helsinki: Kirjayhtymä.
- Hirsjärvi, Sirkka - Hurme, Helena 2000: Tutkimushaastattelu, teemahaastattelun teoria ja käytäntö. Helsinki: Yliopistopaino.
- Hämäläinen, Päivi - Kolimaa, Maire - Peltonen, Eija 2003: Opiskelijaterveydenhuollon tila vuonna 2002. Selvityshenkilöiden raportti. Sosiaali- ja terveysministeriön työryhmämuistioita 2002:25. Helsinki: Sosiaali- ja terveysministeriö.
- Janhonen, Sirpa - Nikkonen, Merja (toim.) 2003: Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä. Juva: WSOY.
- Jauhiainen, Riitta - Eskola, Marjatta 1994: Ryhmäilmiö. Juva: WSOY.
- Ketola, Kirsi - Rinta-Lusa, Elisa 2002: Stadian opiskelijoiden terveystutkimus. Helsingin Ammattikorkeakoulun Opiskelijat - HAMOK ry. Helsinki.
- Konu, Anne 2002: Oppilaiden hyvinvointi koulussa. Akateeminen väitöskirja. Tampereen yliopisto. Terveystieteen laitos. Tampere: Tampereen yliopistopaino.
- Kunttu, Kristina 2003: Näkökulmia opiskelijoiden hyvinvointiin. Teoksessa Valokeilas ammattikorkeakouluopiskelija. Berschewsky, Tuula - Rissanen, Anne (toim). Ylöjärvi: Painohäme oy.
- Kansanterveyslaki 28.1.1972/66
- Kvale, Steinar 1996: InterViews. USA. Sage Publications Inc.
- Kyngäs, Helvi - Vanhanen, Liisa 1999: Sisällön analyysi: Hoitotiede-lehti 11 (1). 3-12.
- Lamminpää, Kirsi - Valtanen, Juha (toim.) 2006: Henkilöstön kehittämisen opas. Turun kauppakorkeakoulu. Verkkodokumentti. <<http://www.tukkk.fi/heke/default.asp>> Luettu 14.2.2007

- Latvala, Eila - Vanhanen-Nuutinen, Liisa 2003: Laadullisen hoitotieteellisen tutkimuksen perusprosessi: sisällönanalyysi. Teoksessa Janhonen, Sirpa - Nikkonen, Merja (toim.): Laadulliset tutkimusmenetelmät hoitotieteessä. Juva: WSOY. 21-43.
- Metsämuuronen, Jari 1995: Harrastukset ja omaehtoinen oppiminen, sitoutuminen, motivaatio ja coping Teoreettinen tausta, rakenneanalyysi ja sitoutuminen. Vantaa: Tummavuoren kirjapaino.
- Metsämuuronen, Jari (toim.) 2006: Laadullisen tutkimuksen käsikirja. Jyväskylä: Gummerus.
- Morse, Janice M. 1992: Qualitative health research. USA.Sage Publications Inc.
- Nevgi, Anne-Marja 1998: Valinnasta valmistumiseen, opiskelumotivaation muutokset Helsingin kauppakorkeakoulun opiskelijoilla valintakokeesta opintojen loppuvaiheisiin. Helsinki: Yliopistopaino.
- Nykysuomen etymologinen sanakirja 2004. Juva: WSOY .
- Nykysuomen sanakirja. 3. 1996. Juva: WSOY.
- Nykysuomen sanakirja. 4. 1996. Juva: WSOY.
- Nykysuomen sanakirja. Synonyymisanakirja. 7. 1989. Porvoo: WSOY.
- Opetusministeriö 2007: Ammattikorkeakoulut 2005: taulukoita AMKOTA-tietokannasta. <<http://www.minedu.fi/export/sites/default/OPM/Julkaisut/2006/liitteet/opm42.pdf?lang=fi>> Luettu 1.3.2007. Opetusministeriön julkaisuja 2006/42.
- Paunonen, Marita - Vehviläinen-Julkunen, Katri 2006: Hoitotieteen tutkimusmetodiikka. Porvoo: Wsoy.
- Perttula, Juha 1995: Kokemus psykologisena tutkimuskohteena: johdatus fenomenologiseen psykologiaan. Tampere: Suomen fenomenologinen instituutti.
- Pohjamies-Molander, Netta – Siira Anna 2005: Helsingin ammattikorkeakoulu Stadian opiskelijoiden terveys ja hyvinvointi 2005. HAMOK ry. Helsinki.
- Pötsönen, Riikka - Välimaa, Raili 1998: Ryhmähaastattelu laadullisen terveystutkimuksen menetelmänä. Jyväskylä: Yliopistopaino.
- Rainesalo, Mervi Hannele 1997: Opintomenestys puntarissa: Motivaation ja uravalinnan yhteys opintomenestykseen sekä korkeakoulussa opittujen taitojen ja työelämän vaatimusten vastaavuus. Pro gradu. Helsingin yliopisto. Kasvatustieteellinen tiedekunta.
- Rauhala, Lauri 1989: Ihmisen ykseys ja moninaisuus. Sairaanhoitajien koulutussäätiö.
- Rauhala, Lauri 1990: Humanistinen psykologia. Helsinki: Yliopistopaino.

- Raveala, Annika 1997: Miksi aikuiset osallistuvat - tutkimus kansanopistojen kansainvälisyyslinjojen opiskelijoiden osallistumismotivaatiosta. Tutkielma. Helsingin yliopisto.
- Ruohotie, Pekka 1998: Motivaatio, tahto ja oppiminen. Helsinki: Edita.
- Ruusuvuori, Johanna - Tiittula, Liisa 2005: Haastattelu, tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Jyväskylä: Gummerus.
- Ruusuvuori, Johanna - Tiittula, Liisa 2005: Tutkimushaastattelu ja vuorovaikutus. Teoksessa Ruusuvuori, Johanna - Tiittula, Liisa (toim.): Haastattelu, tutkimus, tilanteet ja vuorovaikutus. Jyväskylä: Gummerus. 22-57.
- Räikkönen, Marja Leena 1997: Sairaanhoidon opiskelijan kokemus opiskelunsa mielekkyydestä. Pro gradu. Helsingin yliopisto. Kasvatustieteellinen tiedekunta.
- Sosiaali - ja terveysministeriö 2006: Opiskelijaterveydenhuollon opas. Sosiaali - ja terveysministeriön julkaisuja 2006:12. Helsinki: Yliopistopaino.
- Suomen kielen perussanakirja 2. 1992. Helsinki: Valtion painatuskeskus.
- Stadia 2007. Stadia - Suomen tunnetuin ammattikorkeakoulu. Verkkodokumentti. <<http://www.stadia.fi/>>. Luettu 20.2.2007.
- Tilastokeskus 2007. Ammattikorkeakoulutus. Verkkodokumentti. <<http://www.stat.fi/til/akop/kas.html>>. Luettu 21.2.2007.
- Vilkko-Riihelä, Anneli 1999: Psyhyke, psykologian käsikirja. Porvoo: WSOY
- Välimäki, Anna-Leena 1994: Vertaishaastattelu, metodinen kuvaus ja arviointi. Jyväskylä: Gummerus.
- WHO 1947: The Constitution of the World Health Organisation. WHO Chronicle (1).
- Yrjänä, Riitta Helena 2005: Päivälukio keskeytyy - opinnot loppuun aikuislukiossa, Keskeyttämisen syitä ja nuorten odotuksia opintojen jatkamisesta aikuislukiossa. Pro gradu. Helsingin yliopisto. Käyttäytymistieteellinen tiedekunta.

## HEI STADIAN OPI SKELI JA!

Haluaisimme kutsua **juuri Sinut** keskustelemaan kanssamme Stadian opiskelijoiden hyvinvoinnista ja motivaatiosta. Kutsu on annettu vain tarkoin valitulle joukolle, joten osallistumisesi on erityisen tärkeää.

Olemme loppuvaiheen sairaanhoitajaopiskelijoita ja teemme opinnäytetyönämme Helsingin ammattikorkeakoulun opiskelijakunnalle (HAMOK) ryhmähaastattelututkimusta, aiheenamme on opiskelumotivaatio ja siihen vaikuttavat tekijät. Tutkimuksen tarkoituksena on tuottaa HAMOK:ille ja Stadian hyvinvointityöryhmälle uutta tietoa toiminnan kehittämiseen ja opiskelijaviihtyvyyden parantamiseksi. Tutkimustuloksia voidaan käyttää siis juuri sinun hyödyksesi.

Haastattelut suoritetaan noin viiden hengen ryhmissä. Haastatteluun kannattaa varata aikaa noin tunti. Keskustelun aikana tarjoamme kahvia, teetä ja pientä purtavaa.

Haastattelu videoidaan ja ääninauhoitetaan analysoinnin helpottamiseksi. Haastattelusta saatua materiaalia emme luovuta eteenpäin, vaan materiaali tuhotaan analysoinnin jälkeen asianmukaisin keinoin.

Juuri Sinun mielipiteesi on tärkeä !

## Tervetuloa!

Terveisin

Hanna Vuohijoki (hanna.vuohijoki@edu.stadia.fi)

Johanna Wettenhovi (johanna.wettenhovi@edu.stadia.fi)

Johanna Widenius (johanna.widenius@edu.stadia.fi)



## HAASTATTELURUNKO

Miten ulkoiset tekijät vaikuttavat opiskelumotivaatioosi?

- tilat
- terveyspalvelut
- mahdollisuus vaikuttaa
- opetuksen laatu

Miten sisäiset tekijät vaikuttavat opiskelumotivaatioosi?

- mielekkyyys
- ihmissuhteet
- arvostus
- terveys ja hyvinvointi

Hanna Vuohijoki 0402362  
Johanna Wettenhovi 0400853  
Johanna Widenius 0400385  
Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia  
Sosiaali- ja terveystieteiden  
Sosiaali- ja terveystieteiden

TUTKIMUSLUPAHAKEMUS

04.04.2007

Juha-Pekka Liljander

Opinnäytetyö

TUTKIMUSLUPAHAKEMUS

Haemme kohteliaimmin tutkimuslupaa Helsingin ammattikorkeakoulu Stadian opiskelijoiden hyvinvointitutkimukseen. Olemme Stadian osaamisyhteisö F:n opiskelijoita ja teemme opinnäytetyönä hyvinvointitutkimusta yhteistyössä toimeksiantajamme Helsingin ammattikorkeakoulun opiskelijakunnan (HAMOK) ja Stadian hyvinvointityöryhmän kanssa. Opinnäytetyömme ohjaajana toimii yliopettaja Riitta Paavilainen.

Opinnäytetyömme on kvalitatiivinen ryhmähaastattelututkimus. Tutkimussuunnitelmamme on ohessa liitteenä.

Tutkimuksemme yhdyshenkilönä toimii Hanna Vuohijoki (hanna.vuohijoki@edu.stadia.fi, gsm 050 3052776)

Helsingissä 4.4.2007

---

Hanna Vuohijoki, 0402362

---

Johanna Wettenhovi, 0400853

---

Johanna Widenius, 0400385



HELSINGIN KAUPUNKI  
Helsingin ammattikorkeakoulu  
Rehtori

PÄÄTÖSLUETTELO-  
OTE

1

16.4.2007

---

1095 §  
TUTKIMUSLUPA HANNA VUOHIOELLE, JOHANNA WETTENHO-  
VILLE JA JOHANNA WIDENIUKSELLE

Amk

Va rehtori päätti myöntää Helsingin ammattikorkeakoulun sosiaali- ja terveysalan sairaanhoitaja AMK :n opiskelijoille Hanna Vuohioelle, Johanna Wettenhoville ja Johanna Wideniukselle tutkimuslupan.

Tutkimuksen nimi on "Opiskelumotivaatio ja hyvinvointi". Helsingin ammattikorkeakoulun opiskelijakunta (HAMOK) on teettänyt opiskelijahyvinvoinnista opinnäytetöinä kaksi määrällistä tutkimusta vuosina 2002 ja 2005. HAMOK on tilannut vastaavan opinnäytetutkimuksen myös vuodelle 2007.

Tutkimuksen tarkoituksena on tuottaa uutta tietoa opiskelijoiden opiskelumotivaatiosta ja siihen vaikuttavista ulkoisista ja sisäisistä tekijöistä HAMOK:n ja sen sidosryhmien käyttöön.

Tutkimus on kvalitatiivinen ryhmähaastattelututkimus, johon tutkimuksen tekijät rekrytoivat HAMOK:n toivomuksesta osallistujiksi toisen vuoden opiskelijoita Stadian kolmelta eri toimialalta.

Tutkimus tehdään yhteistyössä toimeksiantajan HAMOK:n ja Stadian hyvinvointityöryhmän kanssa. Tutkimusta ohjaa Helsingin ammattikorkeakoulun hoitotyön ja ensihoidon koulutusohjelmien yliopettaja, TtT Riitta Paavilainen.

Valmiista tutkimuksesta toimitetaan yksi kappale vs. vararehtorille Juha Lindforsille.

Päätösluettelonote asianosaisille, yliopettaja Riitta Paavilaiselle, vs. vararehtori Juha Lindforsille, koulutusjohtajille, opintotoimistoon ja lakimiehelle.

Lisätiedot:  
Riitta Paavilainen, yliopettaja, puhelin 09 310 81682



HELSINGIN KAUPUNKI  
Helsingin ammattikorkeakoulu  
Rehtori

PÄÄTÖSLUETTELO-  
OTE

2

16.4.2007

---

Vakuudeksi

Minna Lehtinen  
johtajan sihteeri

## Esimerkki haastattelun analyysistä

Esimerkkejä haastateltujen ilmaisuista		Alakategoria	Yläkategoria
<ul style="list-style-type: none"> <li>- tällaisia pitkiä luokkia</li> <li>- luokis on tosi huono ilma</li> <li>- meteli (remontista) häiritsee, ei kuule opetusta</li> <li>- harmi että tämä paikka on suojeltu</li> <li>- tosi huonot tilat</li> </ul>		<b>Fyysinen ympäristö</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- päällekkäisiä bukkauksia</li> <li>- jätetään odottamaan käytävälle</li> </ul>		<b>Tilanvaraus</b>	<b>Tilat</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- siirtyminen sinne on ongelma</li> <li>- ei oo koskaan ollu asiaa muualle</li> <li>- tunnin siirtyminen sieltä tänne</li> <li>- mielelläänhän sitä siirtyis, jos on hyvät tilat</li> <li>- miksei opettaja raahaudu tänne?</li> </ul>		<b>Erilliset yksiköt</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- hirveitä taisteluu et saat syödä siellä</li> <li>- stressaa joka päivä toi ruokala</li> <li>- vaikee porrastaa ruokailuja</li> </ul>		<b>Ruokailujärjestelyt</b>	

Esimerkkejä haastateltujen ilmaisuista		Alakategoria	Yläkategoria
<ul style="list-style-type: none"> <li>- lääkärille pääsy on siellä aina vaikeaa</li> <li>-haastattelee (terveydenhoitaja) puol tuntia vaikka haluat vaan lääkärille</li> <li>- tekevät jotain terveysneuvontaa</li> <li>- kävi tekemässä (terveydenhoitaja) terveystukimuksenkin meille</li> <li>-sinne on mahdollisuus soittaa</li> <li>-oon käynyt</li> </ul>		<b>Terveystukimukset</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- en tiedä mitä kuuluu</li> <li>- en tiedä mistä saa</li> <li>- pohdiskelin että saankohan mä sitä (hammaslääkäri) tätä kautta</li> <li>-uskoisin että löytyy</li> </ul>		<b>Palveluiden tunnettavuus</b>	<b>Terveyspalvelut</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>- hyvä että on mahdollisuus tavata tää psykologi</li> <li>-opintopsykologi järjestää jotain keskusteluita</li> <li>-eiks se oo täällä</li> </ul>		<b>Opintopsykologi</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>- miten on jaksanu ja kaikkee</li> <li>- jes, joku välittää</li> <li>-opettaja ei välitä</li> <li>-et tuntuis et joku kiinnostais</li> </ul>		<b>Huolenpito</b>	